

1 день
по 10 – ти дневному меню



Меню на 16 июля 2025г

Наименование блюда	Выход порций (г) Энерг. ценность (ккал)	
	От 1 до 3 лет	От 3 до 7 лет
ЗАВТРАК		
1. Каша рисовая молочная вязкая	150/118	175/178,37
2. Какао с молоком	165/80	180/86
3.Бутерброд с маслом	35/82	45/95,63
2 ЗАВТРАК		
Сок (овощной, фруктовый, ягодный)	150/70	180/90
ОБЕД		
Салат из моркови и яблок	30/60	50/70
1. Борщ с капустой свежей со сметаной	150/78	180/90
2. Котлеты рыбные в сметанном соусе	70/60	100/135
3. Картофельное пюре	110/116	130/130
4. Компот из сухофруктов	150/119	180/136
5. Хлеб ржано-пшеничный	40/57	50\69
ПОЛДНИК		
1. Макароны изделия с сыром запеченные	110/100,7	130/149,6
2. Кисломолочный продукт (кефир, снежок, ряженка, йогурт, бифидок, варенец)	150/45	180\56
3.Хлеб пшеничный	30/64,3	40/64.4
ИТОГО: энергетическая ценность (ккал)	1050	1350

