



Ежедневное меню
для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10 часовым пребыванием
возрастной группы от 3 до 7 лет

возрастной группы от 3 до 7 лет						
ДЕНЬ 3						
Завтрак 03.06.2020						
Каша жидкая молочная из гречневой крупы(с маслом и сахаром)	180	6,5	8,01	31,81	127,39	189
Какао с молоком	180	2,95	2,44	15,99	98,63	433
Бутерброд с повидлом 30/15	45	2,63	4,44	39,41	133,98	2
Итого за прием пищи:	405	12,08	14,89	87,21	360	
2 Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,49	0,1	9,8	49,49	399
Печенье (в ассортименте)	20	1,57	2,04	14,9	66,11	
Итого за прием пищи:	120	2,06	2,14	24,7	115,6	
Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	180	1,89	2,61	13,27	84,39	101
Голубцы с мясом(ленивые)	180	14,63	30,22	25,9	314,45	298
Икра свекольная	50	0,7	1,99	3,94	36,65	56
Кисель из сока фруктового	180	0,27	0,05	20,55	83,54	382
Хлеб пшеничный	20	1,53	0,12	10,04	47,36	
Хлеб ржаной	20	1,32	0,18	8,48	40,79	
Итого за прием пищи:	630	20,35	35,17	82,18	607,2	
Полдник						
Сырники из творога (вареники ленивые) со сметаной	100/10	16,4	13,36	43,24	197,21	219
Чай с молоком	180	1,45	1,16	14,06	72,79	395
Итого за прием пищи:	290	17,59	14,52	57,3	270	