

Меню

21.07.2026	<i>До 3-х лет</i>		<i>С 3 до 7 лет</i>	
	<i>Вес, гр</i>	<i>Калорийность, ккал</i>	<i>Вес, гр</i>	<i>Калорийность, ккал</i>
<i>Завтрак</i>				
<i>Чай с молоком</i>	180	39.83	200	44.21
<i>Запеканка из творога с яблоком</i>	130	116.24	160	160.12
<i>Бутерброд с маслом</i>	30	90.66	30	90.66
<i>Батон нарезной</i>	15	37.64	20	50.06
<i>Итого за завтрак:</i>	284.37		345.05	
<i>2-й завтрак</i>				
<i>Сок фруктовый</i>	150	97.8	180	117.36
<i>Итого за 2-й завтрак:</i>	97.8		117.36	
<i>Обед</i>				
<i>Салат «Осенний»</i>	30	26.69	50	44.57
<i>Щи «Новгородские»</i>	150	98.94	180	126.78
<i>Биточки рубленые куриные</i>	60	147.59	70	199.15
<i>Картофель отварной с луком</i>	110	142.66	130	172.39
<i>Компот из плодов свежих (яблоки)</i>	150	25.34	180	30.41
<i>Хлеб ржаной</i>	20	33.16	30	49.74
<i>Итого за обед:</i>	474.38		623.04	
<i>Уплотненный полдник</i>				
<i>Овощи натуральные соленые (огурец соленый)</i>	30	11.15	50	18.62
<i>Рыба запеченная с картофелем по-русски</i>	160	242.09	200	334.33
<i>Компот из плодов сухих</i>	150	59.36	180	71.23
<i>Мармелад</i>	20	00	40	00
<i>Хлеб ржаной</i>	30	49.73	30	49.73
<i>Батон нарезной</i>	15	37.64	20	50.06
<i>Итого за уплотненный полдник:</i>	399.97		523.97	

