

Меню

11.09.2025	До 3-х лет		С 3 до 7 лет	
	Вес, гр	Калорийность, ккал	Вес, гр	Калорийность, ккал
Завтрак				
Чай с молоком	180	39.83	200	44.21
Запеканка из творога с морковью	130	116.37	180	181.63
Бутерброд с маслом	30	90.66	30	90.66
Батон нарезной	15	37.64	20	48.90
Итого за завтрак:		284.50		365.40
2-й завтрак				
Кефир	180	89.82	180	89.82
Итого за 2-й завтрак:		89.82		89.82
Обед				
Салат мозаика	30	37.61	50	62.81
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	102.80	180	132.37
Гуляш	60	128.45	70	159.51
Рагу из овощей	110	117.77	130	158.97
Кисель яблочный	150	51.34	180	61.61
Хлеб ржаной	20	33.08	30	49.62
Итого за обед:		471.06		624.89
Уплотненный полдник				
Салат из свеклы с черносливом	30	16.62	50	27.76
Поджарка из свинины	60	80.10	70	115.78
Каша гречневая с луком	110	87.62	130	127.39
Молоко кипяченое	180	95.40	200	105.47
Булочка молочная	60	104.59	60	104.59
Батон нарезной	15	37.64	20	50.06
Итого за уплотненный полдник:		402.17		531.05

