



Меню на 19 января 2022 г

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетическая ценность (ккал)
День 8			
ЗАВТРАК	Каша молочная овсяная	150	180,00
	Кофейный напиток	160	126,54
	Бутерброд с джемом	40	133,20
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	439,74
2-ой ЗАВТРАК	Сок апельсиновый	100	64,30
	Вафли	20	90,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		120	154,30
ОБЕД	Салат из свежих помидоров с перцем	30	35,00
	Щи из свежей капусты со сметаной	150	95,00
	Фрикадельки рыбные	60	97,07
	Соус томатный	30	26,24
	Рис отварной	120	136,40
	Хлеб столовый	40	90,50
	Компот из брусники	150	65,05
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		580	545,26
ПОЛДНИК	Ряженка	150	80,50
	Коржик молочный	50	95,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	175,50
УЖИН	Тефтели из мяса с рисом («ежики»)	50	176,80
	Соус белый основной	20	60,00
	Картофель тушеный	120	139,68
	Хлеб пшеничный	20	80,00
	Чай с сахаром	150	138,60
	Фрукты	100	150,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		460	745,08
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1710	2059,88