



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Дата: 26.11.21

Возрастная категория: до 3 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду 10,5

Кашкетов: 12

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность
Завтрак	Творог из риса с фрукт.	80 / 960	245.4
	Корж с маком	150 / 1800	70
	Бутерброд с мясом	20 / 5 / 240 / 60	148.9
	Яйцо	44 / 528	
Итого за завтрак			
2-й завтрак	Сок	100 / 1200	64
Итого за второй завтрак			
Обед	Фарш с мясом	150 / 1800	125.43
	Макаронно-яичная смесь	130 / 1560	180
	Свекольный салат	80 / 960	134.9
	Каша из гречки	150 / 1800	84.75
	Хлеб	15 / 180	68.7
	Хлеб ржаной	30 / 360	67.2
Итого за обед			
Полдник	Рыба тушеная с овощами	50 / 600	141
	Хлеб	10 / 120	68.7
	Молоко	138 / 1656	85
Итого за полдник			
Итого за день		90 / 1080	44







