



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ ОСНОВНОГО ПИТАНИЯ

Дата: 1.12.21

Возрастная категория: до 3 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду 10,5

Ваше имя: 14

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность
Завтрак	Творог из риса с фруктами	80 / 1120	
	Корж с молоком	150 / 2100	
	Бутерброд с маслом	20 / 5 / 280 / 70	
Итого за завтрак			
2-й завтрак	Кондитерские изделия	28 / 392	
Итого за второй завтрак			
Обед	Суп харчо	150 / 2100	
	Курица обжаренная	60 / 840	
	Рисовый суп	100 / 1400	
	Салат из помид. огурцов	80 / 1120	
	Картофель из супа	100 / 2100	
	Хлеб	25 / 350	
	Хлеб ржаной	30 / 420	
Итого за обед			
Полдник	Творожок с бананом	80 / 1120	
	К. / фрукты	100 / 1400	
	Йогурт	80 / 1120	
Итого за полдник			
Итого за день			







