



Утверждаю: \_\_\_\_\_

Повар: \_\_\_\_\_

**МЕНЮ на 16.12.2022г.**

*Возрастная категория: с 1 до 3 лет*

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Энергетическая ценность, ккал
		блюда г	
завтрак	Кукуруза консервированная	30	22,50
	Омлет натуральный	130	203,13
	Хлеб пшеничный	20	45,80
	Масло сливочное (порциями)	7	46,27
	Сыр(порциями)	8	2,88
	Чай с сахаром	150	28,50
второй	Яблоки печеные	100	84,00
	Салат из свежей капусты	30	34,56
обед	Суп с рыбными консервами	150	100,38
	Тефтели мясные	50	107,54
	Гороховое пюре	110	124,67
	Хлеб пшеничный	30	68,70
	Компот из сухофруктов	150	80,58
	Коржик молочный	100	256,67
полдник	Кефирный напиток	150	88,50
	Пудинг манный	120	188,66
ужин	Соус молочный сладкий	40	47,00
	Чай с молоком	150	48,00
	Фрукты	95	41,80

*Возрастная категория: с 3 до 7 лет*

Прием	Наименование блюда	Вес	Энергетическая ценность, ккал
		блюда г	
завтрак	Кукуруза консервированная	40	30,00
	Омлет натуральный	150	234,38
	Хлеб пшеничный	30	68,70
	Масло сливочное (порциями)	8	52,88
	Сыр(порциями)	12	43,20
	Чай с сахаром	180	34,20
второй	Яблоки печеные	100	84,00
	Салат из свежей капусты	50	57,60
обед	Суп с рыбными консервами	180	120,46
	Тефтели мясные	70	150,55
	Гороховое пюре	130	146,90
	Хлеб пшеничный	40	91,60
	Компот из сухофруктов	180	96,70
	Коржик молочный	100	256,67
полдник	Кефирный напиток	180	106,20
	Пудинг манный	130	204,38
ужин	Соус молочный сладкий	40	47,00
	Чай с молоком	180	57,60
	Фрукты	100	44,00