

Утверждаю

Е. Саф

Повар _____

МЕНЮ на 30.06.2023г.

Неделя 1

День 5

Возрастная категория: с 1 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Энергетическая ценность, ккал
		блюда г	
завтрак	Каша молочная геркулесовая	150	140,25
	Хлеб пшеничный	20	45,80
	Масло сливочное (порциями)	7	46,27
	Яйцо вареное	40	63,00
	Чай с сахаром	150	28,50
второй завтрак	Компот из ягод замороженных	100	22,00
	обед	Салат из квашеной капусты с луком	30
Суп картофельный с вермишелью		150	71,46
Гуляш из отварного мяса		60	128,40
Каша ячневая рассыпчатая		110	138,27
Хлеб пшеничный		30	68,70
полдник	Кисель фруктовый	150	67,05
	Коржик молочный	100	256,67
	Кефирный напиток	150	88,50
ужин	Пудинг манный	120	188,66
	Соус молочный сладкий	40	47,00
	Чай с молоком	160	51,20

Неделя 1

День 5

Возрастная категория: с 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Энергетическая ценность, ккал
		блюда г	
завтрак	Каша молочная геркулесовая	180	168,30
	Хлеб пшеничный	30	68,70
	Масло сливочное (порциями)	8	52,88
	Яйцо вареное	40	63,00
	Чай с сахаром	180	34,20
второй завтрак	Напиток с витаминами и пребиотиком "Витошка"	100	40,00
обед	Салат из квашеной капусты с луком	50	54,25
	Суп картофельный с вермишелью	180	85,75
полдник	Гуляш из отварного мяса	80	171,20
	Каша ячневая рассыпчатая	130	163,41
	Хлеб пшеничный	40	91,60
	Кисель фруктовый	180	80,46
	Коржик молочный	100	256,67
ужин	Кефирный напиток	180	106,20
	Пудинг манный	130	204,38
	Соус молочный сладкий	40	47,00
	Чай с молоком	180	57,60