МЕНЮ НА 30.08.2023 ГОДА

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Завтрак** | 1-3 лет | 3-7 лет | 1-3 лет | 3-7 лет | 1-3 лет | 3-7 лет | 1-3 лет | 3-7 лет | 1-3 лет | 3-7 лет |
|  | Выход порции | белки | жиры | углеводы | калорийность |
| Вермишель молочная  | 160 | 180 | 4,39 | 5,85 | 4,36 | 5,81 | 14,99 | 19,99 | 116,2 | 155 |
| Кофейный напиток | 165 | 190 | 1,08 | 1,3 | 1,08 | 1,3 | 12,67 | 16 | 76,67 | 92 |
| Батон с маслом и сыром | 20/5/5 | 25/5/7 | 3,83 | 4,39 | 5,59 | 6,41 | 9,66 | 14,47 | 101,5 | 119 |
| **2 завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Компот | 110 |  110 | 0 | 0 | 0 | 0 | 10,2 | 10,2 | 30,1 | 30,1 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат витаминка | 40 | 60 | 0,43 | 0,58 | 2,31 | 3,08 | 1,39 | 1,85 | 28,7 | 38,26 |
| Борщ с курицей и сметаной | 150 | 180 | 3,28 | 4,1 | 3,08 | 7,16 | 16,76 | 20,93 | 116,1 | 145 |
| Каша пшеничная  | 110 | 130 | 1,8 | 2,06 | 3,2 | 4,8 | 10,62 | 12,43 | 72 | 83,3 |
| Фрикаделька мясная с подливой | 60/10 | 70/10 | 10,6 | 12,47 | 5,83 | 7,3 | 5,93 | 8,6 | 108,36 | 133,3 |
| Компот | 150 | 180 | 0,42 | 0,51 | 0 | 0 | 20,45 | 24,23 | 83 | 90 |
| Хлеб | 40 | 52 | 1,88 | 2,9 | 0,28 | 0,6 | 19,92 | 26,9 | 85,60 | 126 |
| **Усиленный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Омлет | 60 | 60 | 6,38 | 6,38 | 10,52 | 10,52 | 4,09 | 4,09 | 123,8 | 123,8 |
| Чай с лимоном | 150 | 180 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13,5 | 18 | 33,5 |  |
| Икра кабачковая | 30 | 40 | 0,54 | 0,72 | 2,12 | 2,83 | 3,47 | 4,63 | 35,1 | 46,8 |
| Печенье  | 20 | 22 | 1,5 | 1,55 | 1,96 | 2,04 | 14,8 | 15,3 | 83,6 | 84,2 |
| Хлеб | 12 | 13 | 1,8 | 2,28 | 0,2 | 0,24 | 11,5 | 14,76 | 57,9 | 70,32 |