

МЕНЮ (2 день)
на 09 января 2023 года
с 1,5-3х с 3-7 Ккал

Завтрак:

<u>Каша гречневая вязкая с маслом</u>	<u>150/5</u>	<u>200/5</u>	<u>157/197</u>
<u>Бутерброд с маслом</u>	<u>10/25</u>	<u>10/25</u>	<u>136</u>
<u>Какао с молоком сгущенным</u>	<u>150</u>	<u>180</u>	<u>121/144</u>
<u>Фрукты свежие (яблоки)</u>	<u>100</u>	<u>100</u>	<u>44</u>
<u>Итого</u>	<u>440</u>	<u>520</u>	

2-ой завтрак

<u>Сок фруктовый</u>	<u>180</u>		<u>76</u>
<u>Молоко витаминизированное</u>		<u>200</u>	<u>118</u>

Обед:

<u>Винегрет овощной</u>	<u>40</u>	<u>61</u>	<u>38/57</u>
<u>Щи из свежей капусты с картофелем</u>	<u>150</u>	<u>200</u>	<u>51/68</u>
<u>Макароны, запечённые с яйцом, маслом</u>	<u>100/5</u>	<u>150/5</u>	<u>136/185</u>
<u>Компот из яблок</u>	<u>150</u>		<u>45</u>
<u>Кисель плодово-ягодный витамин.</u>		<u>180</u>	<u>101</u>
<u>Хлеб ржаной батон</u>	<u>35</u>	<u>46</u>	<u>108</u>
<u>Итого</u>	<u>480</u>	<u>667</u>	

Полдник:

<u>Запеканка картофельная с печенью</u>	<u>120</u>	<u>160</u>	<u>147/206</u>
<u>Огурцы консервированные</u>	<u>45</u>	<u>61</u>	<u>6</u>
<u>Компот из ягод замороженных</u>	<u>150</u>		<u>38</u>
<u>Сок фруктовый</u>		<u>174</u>	<u>76</u>
<u>Итого</u>	<u>315</u>	<u>395</u>	
<u>Общий суммарный объем</u>	<u>1415</u>	<u>1782</u>	

Рекомендуем на ужин: Блюдо из творога, молоко кипяченое

Заведующий Меркушева / Е.Ю.Меркушева /

Ознакомлена _____