

МЕНЮ (1 день)
на 11 декабря 2023 года
с 1,5-3х с 3-7 Ккал

Завтрак:

<u>Омлет натуральный</u>	<u>80</u>	<u>80</u>	<u>124</u>
<u>Бутерброд с сыром</u>	<u>10/5/25</u>	<u>15/5/25</u>	<u>138</u>
<u>Чай с молоком</u>	<u>150</u>		<u>77</u>
<u>Кофейный напиток витаминизированный с молоком</u>		<u>180</u>	<u>91</u>
<u>Фрукты свежие яблоки</u>	<u>100</u>	<u>100</u>	<u>44</u>
<u>Итого</u>	<u>370</u>	<u>405</u>	

2-ой завтрак

<u>Кисломолочный напиток «Снежок»</u>	<u>103</u>	<u>103</u>	<u>77</u>
---------------------------------------	------------	------------	-----------

Обед:

<u>Салат из свеклы</u>	<u>60</u>	<u>80</u>	<u>56/75</u>
<u>Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне, со сметаной</u>	<u>150/4,3</u>	<u>200/4,3</u>	<u>68/88</u>
<u>Жаркое по домашнему</u>	<u>150</u>	<u>196</u>	<u>164/214</u>
<u>Компот из сухофруктов</u>	<u>150</u>	<u>180</u>	<u>69/86</u>
<u>Хлеб ржаной</u>	<u>40</u>	<u>54</u>	<u>86/108</u>
<u>Батон</u>		<u>25</u>	<u>70</u>
<u>Итого</u>	<u>554,3</u>	<u>739,3</u>	

Полдник:

<u>Оладьи со сгущенным молоком</u>	<u>60/15</u>	<u>120/21</u>	<u>176/351</u>
<u>Молоко кипяченое</u>	<u>150</u>		<u>85</u>
<u>Молоко витаминизированное</u>		<u>200</u>	<u>118</u>
<u>Итого</u>	<u>225</u>	<u>341</u>	
<u>Общий суммарный объем</u>	<u>1252,3</u>	<u>1588,3</u>	

Рекомендуем на ужин: рагу из овощей, сок фруктовый

Заведующий Меркушева /Е.Ю.Меркушева/
Ознакомлена _____

