

МЕНЮ (10 день)
на 19 января 2024 года

Завтрак:

с 1,5-3х

с 3-7

Ккал

<u>Каша молочная пшеничная жидкая с маслом</u>	<u>150/5</u>	<u>200/5</u>	<u>130/168</u>
<u>Бутерброд с джемом</u>	<u>26/5/25</u>		<u>160</u>
<u>Бутерброд с маслом</u>		<u>10/25</u>	<u>136</u>
<u>Чай с молоком</u>	<u>150</u>	<u>180</u>	<u>69/89</u>
<u>Итого</u>	<u>361</u>	<u>420</u>	

2-ой завтрак

<u>Биолакт</u>	<u>101</u>	<u>101</u>	<u>74</u>
----------------	------------	------------	-----------

Обед:

<u>Винегрет овощной</u>	<u>40</u>	<u>65</u>	<u>38/57</u>
<u>Суп картофельный с клецками</u>	<u>150/20</u>	<u>200/25</u>	<u>59/96</u>
<u>Тефтели мясные</u>	<u>60/30</u>	<u>80/40</u>	<u>151/200</u>
<u>Каша гречневая рассыпчатая</u>	<u>120</u>	<u>150</u>	<u>195/244</u>
<u>Сок фруктовый</u>	<u>179</u>	<u>179</u>	<u>76</u>
<u>Хлеб ржаной</u>	<u>35</u>	<u>46</u>	<u>75/97</u>
<u>Батон</u>		<u>24</u>	<u>70</u>
<u>Итого</u>	<u>634</u>	<u>809</u>	

Полдник:

<u>Бефстроганов из отварного мяса</u>	<u>60</u>	<u>79</u>	<u>93/124</u>
<u>Пюре картофельное</u>	<u>120</u>	<u>150</u>	<u>110/137</u>
<u>Чай с сахаром</u>	<u>150</u>		<u>20</u>
<u>Кисель плодово-ягодный витаминизированный</u>		<u>180</u>	<u>101</u>
<u>Итого</u>	<u>330</u>	<u>409</u>	
<u>Общий суммарный объем</u>	<u>1426</u>	<u>1739</u>	

Рекомендуем на ужин: блюдо из рыбы, сок фруктовый

Заведующий Меркушева /Е.Ю. Меркушева/

Ознакомлена _____