

МЕНЮ (9 день)
на 21 декабря 2023 года

Завтрак:

с 1,5-3х

с 3-7

Ккал

<u>Запеканка из творога с джемом</u>	<u>102/20</u>	<u>102/36</u>	<u>290</u>
<u>Бутерброд с сыром</u>	<u>13,5/5/25</u>		<u>138</u>
<u>Бутерброд с маслом</u>		<u>10/25</u>	<u>136</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>44</u>
<u>Итого</u>	<u>415,5</u>	<u>353</u>	

2-ой завтрак

<u>Кефир с сахарным сиропом</u>	<u>106/10</u>	<u>106/10</u>	<u>104</u>
---------------------------------	---------------	---------------	------------

Обед:

<u>Суп с горохом, с гренками</u>	<u>150/15</u>	<u>200/15</u>	<u>156/187</u>
<u>Биточки домашние</u>	<u>60</u>	<u>80</u>	<u>127/148</u>
<u>Рожки отварные</u>	<u>120</u>	<u>150</u>	<u>135/168</u>
<u>Компот из сухофруктов</u>	<u>150</u>	<u>180</u>	<u>69/86</u>
<u>Итого</u>	<u>495</u>	<u>625</u>	

Полдник:

<u>Голубцы ленивые</u>	<u>135</u>	<u>200</u>	<u>201/274</u>
<u>Чай с лимоном</u>	<u>150/3,5</u>	<u>180/7</u>	<u>41/53</u>
<u>Батон</u>	<u>25</u>	<u>204</u>	<u>70</u>
<u>Итого</u>	<u>313,5</u>	<u>411</u>	
<u>Общий суммарный объем</u>	<u>1340</u>	<u>1505</u>	

Рекомендуем на ужин: каша молочная, молоко кипяченое

Заведующий

Меркушева /Е.Ю. Меркушева/

Ознакомлена _____