

МЕНЮ (1 день)
на 24 февраля 2021 года

Завтрак:

с 1,5-3х

с 3-7

Ккал

<u>Бутерброд с маслом</u>	<u>30/10</u>	<u>30/10</u>	<u>136/136</u>
<u>Омлет натуральный</u>	<u>80</u>	<u>80</u>	<u>157/157</u>
<u>Чай с молоком</u>	<u>150</u>		<u>89</u>
<u>Кофейный напиток с молоком</u>		<u>180</u>	<u>111</u>
<u>Итого</u>	<u>270</u>	<u>300</u>	

2-ой завтрак

<u>Молоко витаминизированное</u>	<u>200</u>	<u>200</u>	<u>60/60</u>
----------------------------------	------------	------------	--------------

Обед:

<u>Салат из свеклы</u>	<u>40</u>	<u>60</u>	<u>35/56</u>
<u>Суп с картофельный с горохом</u>	<u>150</u>	<u>200</u>	<u>81/108</u>
<u>Капуста тушеная с мясом</u>	<u>150</u>	<u>199</u>	<u>135/178</u>
<u>Компот из кураги</u>	<u>150</u>	<u>180</u>	<u>85/102</u>
<u>Хлеб ржаной</u>	<u>40</u>	<u>55</u>	<u>167/204</u>
<u>Хлеб пшеничный</u>		<u>21</u>	<u>56</u>
<u>Итого</u>	<u>530</u>	<u>715</u>	

Полдник:

<u>Оладьи с джемом</u>	<u>60/10</u>	<u>120/22</u>	<u>181/360</u>
<u>Молоко кипяченое</u>	<u>150</u>	<u>178</u>	<u>85/102</u>
<u>Итого</u>	<u>220</u>	<u>320</u>	
<u>Общий суммарный объем</u>	<u>1220</u>	<u>1535</u>	

Рекомендуем на ужин: Блюдо из творога, сок фруктовый

Заведующий Меркушева /Е.Ю.Меркушева/

