



МЕНЮ ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда. (3-7 лет)
Каша жидкая молочная (пшеничная)	200
Батон	30
Масло сливочное	5
Сыр	15
Какао с молоком	200

ОБЕД

Борщ с капустой и картофелем	200
Биточки рыбные запеченные	80
Каша рассыпчатая (гречневая)	130
Салат из свеклы	60
Хлеб ржаной	50
Хлеб пшеничный	20
Компот из сухофрукты	180

ПОЛДНИК

Кондитерское изделие	50
Напиток кисломолочный	200

УЖИН

Омлет	150
Зеленый горошек	50
Свежее яблоко	100
Хлеб пшеничный	20
Чай	200

Итого за день	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	ЭЦ, ккал	Выход, г.
3-7 лет	51,12	42,41	300,75	1896,16	1925



МЕНЮ ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда. (1,5-3 лет)
Каша жидкая молочная (пшеничная)	150
Батон	25
Масло сливочное	5
Сыр	10
Какао с молоком	180

ОБЕД

Борщ с капустой и картофелем	150
Биточки рыбные запеченные	60
Каша рассыпчатая (гречневая)	110
Салат из свеклы	40
Хлеб ржаной	40
Хлеб пшеничный	15
Компот из сухофрукты	150

ПОЛДНИК

Кондитерское изделие	25
Напиток кисломолочный	180

УЖИН

Омлет	130
Зеленый горошек	40
Свежее яблоко	100
Хлеб пшеничный	15
Чай	180

Итого за день	Белки г.	Жиры г.	Углеводы г.	ЭЦ, ккал	Выход, г.
1,5-3 лет	38,28	31,78	226,95	1482,1	1595