

Меню приготавливаемых блюд

(возрастная категория от 3 до 7 лет)

ДАТА 23.01

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Калорийность блюда
Завтрак	Каша рисовая	150/200	225/294
	Коржик с начинкой	150/200	395/186
	Банан	20/30	54/78
	Сыр	15	54,2
Завтрак - 2	Сок	100	46
Обед	Рыба на к/б	150/200	1545/806
	Грибы из сметаны	50/20	20/120
	Салат из отварной св-и	20/100	77/211
	К-м из свежих фруктов	150/200	225/110
	Икра кабачковая	30	366
	Хлеб пшени, ржаной	20/30, 40	47/205, 86, 7
Полдник	Сметана	150/200	251/100
Ужин	Овощи тушеные со сметаной	150/200	202,75/211
	Чай с сахаром	20/200	45/60
	Хлеб пшеничный	20	47