

МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	223,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	69,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/8	129,1
Итого за прием пищи:	398	421,5
II Завтрак		
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ / СОК	102	43,9
Итого за прием пищи:	102	43,9
Обед		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬ)	180	104,7
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ	160/30	292,6
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	53,9
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	51,0
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	102,0
Итого за прием пищи:	625	604,2
Полдник		
ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	85	113,9
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	285,5
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	36,8
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	50	59,5
Итого за прием пищи:	394	495,7
Ужин		
КЕФИР	150	77,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	20,4
Итого за прием пищи:	160	97,5
Всего за день:		1 662,7

