

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

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак		
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	157,7
ИКРА ОВОЩНАЯ	60	41,6
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	53,4
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/5/15	121,7
БАТОН ЙОДИРОВАННЫЙ	20	47,6
Итого за прием пищи:	375	421,9
II Завтрак		
яблоко	102	47,9
Итого за прием пищи:	102	47,9
Обед		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	81,7
МЯСО ТУШЕНОЕ	70/30	194,5
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ И КАРТОФЕЛЯ	150	203,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	53,9
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	102,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	61,2
Итого за прием пищи:	690	696,7
Полдник		
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	75	135,1
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	128,8
ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	36,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	40,8
Итого за прием пищи:	434	341,4
Ужин		
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	80,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	20,4
Итого за прием пищи:	160	101,2
Стоимость одного дня:		163,0

Всего за день:	1 609,2
----------------	---------