

МЕНЮ «17» Ноября 2023 г.

10	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Выход порций для ранн.возр	Калло рийно сть порци и	Выход порций для дошк.возр.	Каллор ийность порции
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	158	200	210
	Чай с сахаром, лимоном	180/4	37,3	200/4	41,43
	Батон	20	52,4	20	52,4
	Масло сливочное	5	67	5	67
ВТОРОЙ ЗАВТРАК	Груша	95	43	100	44
ОБЕД	Тушёная морковь с луком	30	18,38	60	36,76
	Щи из свежей капусты, картофеля с мясом и сметаной	150/3	43,7	200/3	94,59
	Гуляш из мяса	25/50	79	30/50	129,1
	Пюре гороховое	100	120	150	200
	Компот из свежемороженых ягод	150	57,15	200	57,15
	Хлеб пшеничный/хлеб ржаной	20/30	47/75	20/30	47/75
ПОЛДНИК	Йогурт	150	170	200	190
	Булочка детская	50	155	50	155
УЖИН	«Капуста припущенная»	30	19,5	50	30,2
	Картофель тушёный с овощами	150	99,93	150	99,93
	Котлета рыбная/биточек рыбный	50	49,05	70	68,17
	Напиток из шиповника	150	101,7	200	135,6
	Хлеб пшеничный	20	47	20	47
РЕКОМЕНДАЦИИ для домашнего ужина	Фрукты свежие				
	Омлет				
Рекомендации на выходные дни	Соки фруктовые Творожные блюда Овощи свежие				