

# МЕНЮ на « » 2024 г.

## ЗАВТРАК:

|  | Наименование блюда         | Выход порций гр |        | Калорийность |        |
|--|----------------------------|-----------------|--------|--------------|--------|
|  |                            | до 3 л          | до 7 л | до 3 л       | до 7 л |
|  | Гречка на молоке           |                 |        |              |        |
|  | Бутерброд с маслом и сыром |                 |        |              |        |
|  | Какао с молоком            |                 |        |              |        |
|  |                            |                 |        |              |        |

## 2 – ой ЗАВТРАК:

|  |         |  |  |
|--|---------|--|--|
|  | Ряженка |  |  |
|  | Печенье |  |  |

## ОБЕД: 70 90

|  |                                                     |   |  |
|--|-----------------------------------------------------|---|--|
|  | Лук тушёный                                         | 3 |  |
|  | Борщ с капустой и картофелем на мясокостном бульоне |   |  |
|  | Кнели рыбные;<br>Соус томатный                      |   |  |
|  | Картофель отварной с маслом                         |   |  |
|  | Хлеб пшеничный, ржаной                              |   |  |
|  | Напиток из плодов шиповника                         |   |  |
|  |                                                     |   |  |

## ПОЛДНИК:

|  |                |  |  |
|--|----------------|--|--|
|  | Драчена        |  |  |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | Чай с сахаром  |  |  |
|  |                |  |  |
|  | Всего за день: |  |  |

### Рекомендации для родителей на ужин детям:

Фрикадельки куриные 60 / 80

Рис отварной 120 / 150

Хлеб пшеничный 15 / 20

Йогурт фруктовый 120 150