

**Ежедневное меню основного питания
(День4)
Возрастная категория : Сад (3-7 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Все блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	<i>Омлет натуральный</i>	160	159,84
	<i>Чай с молоком</i>	200	49,28
	<i>Батон с сыром</i>	40	151,45
Итого за завтрак		400	360,57
II завтрак	<i>Сок абрикосовый</i>	100	90
Итого за II завтрак		100	90
Обед	<i>Салат из свежих овощей</i>	60	56,98
	<i>Щи из свежей капусты со смет.</i>	200	123,54
	<i>Котлета мясная</i>	70	145,23
	<i>Пюре гороховое</i>	130	157,26
	<i>Компот из шиповника</i>	200	60,58
	<i>Хлеб «Дарницкий»</i>	50	86,6
Итого за обед		710	630,19
Уплотненный полдник	<i>Вафли</i>	20	88,36
	<i>Рыба тушеная с овощами</i>	70	127,03
	<i>Картофельное пюре</i>	130	68,52
	<i>Хлеб «Пшеничный»</i>	50	67,8
	<i>Фрукт</i>	100	134,26
	<i>Кисель из свеж. мороженых ягод</i>	180	54,26
Итого за уплотненный полдник		550	540,23
Итого за день:		1760	1620,99

**Ежедневное меню основного питания
(День4)
Возрастная категория : Ясли (1-3 лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Все блюда	Энергетическая ценность
Завтрак	<i>Омлет натуральный</i>	140	126,5
	<i>Чай с молоком</i>	180	28,06
	<i>Батон с сыром</i>	30	125,6
Итого за завтрак		350	280,16
II завтрак	<i>Сок абрикосовый</i>	100	70
Итого за II завтрак		100	70
Обед	<i>Салат из свежих овощей</i>	30	35,2
	<i>Щи из свежей капусты со смет.</i>	150	120,96
	<i>Котлета мясная</i>	50	108,53
	<i>Пюре гороховое</i>	110	98,52
	<i>Компот из шиповника</i>	150	40,5
	<i>Хлеб «Дарницкий»</i>	40	86,6
Итого за обед		530	490,31
Уплотненный полдник	<i>Вафли</i>	10	52,1
	<i>Рыба тушеная с овощами</i>	50	88,36
	<i>Картофельное пюре</i>	110	105,23
	<i>Хлеб «Пшеничный»</i>	40	43,65
	<i>Фрукт</i>	95	35,55
	<i>Кисель из свеж. мороженых ягод</i>	150	95,02
Итого за уплотненный полдник		455	419,91
Итого за день:		1435	1260,38