

## Меню для детей с 3 до 7 лет

Дата: 13.05.2024

### Завтрак

Наименование блюда	Нетто (граммы)	Энергетическая ценность (ккал)
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	160	163
Чай с лимоном и сахаром	200	54
Бутерброд с маслом	60	204
Яйца вареные	60	94
<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>515</b>

### Обед

Наименование блюда	Нетто (граммы)	Энергетическая ценность (ккал)
Морковь отварная порционная	50	17
Борщ со сметаной	180	78
Плов из говядины	200	325
Сок	180	83
Хлеб пшеничный	35	66
Хлеб ржаной	30	56
<b>Итого</b>	<b>675</b>	<b>626</b>

### Полдник

Наименование блюда	Нетто (граммы)	Энергетическая ценность (ккал)
Снежок	180	92
Калач сдобный	70	187
<b>Итого</b>	<b>250</b>	<b>278</b>

### Ужин

Наименование блюда	Нетто (граммы)	Энергетическая ценность (ккал)
Морковно-творожная запеканка	150	268
Соус молочный (сладкий)	30	31
Чай с сахаром	180	60
Хлеб ржаной	20	37
Фрукты	150	34
<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>431</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1935</b>	<b>1851</b>

## Меню для детей с 2 до 3 лет

Дата: 13.05.2024

### Завтрак

Наименование блюда	Нетто (граммы)	Энергетическая ценность (ккал)
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	153
Чай с лимоном и сахаром	180	48
Бутерброд с маслом	40	136
Яйца вареные	60	94
<b>Итого</b>	<b>430</b>	<b>432</b>

### Обед

Наименование блюда	Нетто (граммы)	Энергетическая ценность (ккал)
Морковь отварная порционная	30	10
Борщ со сметаной	150	65
Плов из говядины	160	267
Сок	150	69
Хлеб пшеничный	30	57
Хлеб ржаной	20	38
<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>507</b>

### Полдник

Наименование блюда	Нетто (граммы)	Энергетическая ценность (ккал)
Снежок	150	76
Калач сдобный	50	131
<b>Итого</b>	<b>200</b>	<b>207</b>

### Ужин

Наименование блюда	Нетто (граммы)	Энергетическая ценность (ккал)
Морковно-творожная запеканка	130	217
Соус молочный (сладкий)	30	31
Чай с сахаром	150	34
Хлеб ржаной	20	37
Фрукты	150	34
<b>Итого</b>	<b>480</b>	<b>354</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1650</b>	<b>1500</b>