****

**Меню на 6 марта**

**05.03.2025 г.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Объем порции (г)** | | | | **Калорийность** | |
|  | **От 1 до 3 -х лет** | | **С 3-х до 7 лет** | | **От 1 до 3 -х лет** | **С 3-х до 7 лет** |
| **Завтрак:** | | | | | | |
| Каша манная | 150 | | 200 | | 140,0 | 215,4 |
| Чай | 150 | | 180 | | 29,0 | 45,00 |
| Батон с маслом | 15/5 | | 20/5 | | 76,7 | 82,0 |
| **Итого за завтрак** | **320** | | **405** | | **245,7** | **342,4** |
|  |  | | | |  | |
| **Обед:** | | | | | | |
| Суп гороховый с говядиной | 170 | | 200 | 118,87 | | 180,0 |
| Печеночные котлеты | 60 | | 70 | 193,84 | | 210,00 |
| Отарной рис | 100 | | 120 | 136,0 | | 163,66 |
| Соус томатный | 20 | | 30 | 13,1 | | 19,7 |
| Компот из чернослив | 150 | | 180 | 70,65 | | 84,78 |
| Хлеб ржаной | 30 | | 40 | 65,25 | | 87,00 |
| **Итого за обед** | **530** | | **610** | **597,71** | | **745,14** |
| **Полдник** | | | | | | |
| Картофельные котлеты | 100 | 130 | | 92,72 | | 120,54 |
| Свекла вареная | 45 | 60 | | 38 | | 56 |
| Кисель из концентрата | 150 | 200 | | 91,5 | | 122 |
| **Итого за полдник** | **295** | **390** | | **227,22** | | **298,54** |
| Итого за весь день: | **1040** | **1305** | | **1070,63** | | **1386,08** |
| **Рекомендации дома в питании: молоко, овощные блюда, фрукты свежие** | | | | | | |