****

 **14.04.2025 г.**

**меню на 15 апреля 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 "ассорти" | 150 | 200 | 161,46 | 215,28 |
| Чай  | 150 | 200 | 45,00 | 45,00 |
| Батон с маслом | 5/15 | 5/20 | 76,7 | 89,8 |
| **Итого за завтрак** | **320** | **425** | **283,16** | **350,08** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |
| **Обед:** |
| Суп геркулесовый  | 150 | 200 | 76,17 | 126,95 |
| Суфле рыбное  | 50 | 70 | 59 | 82,6 |
| Пюре картофельное | 100 | 120 | 92,0 | 110,4 |
| Компот из яблок, изюма | 150 | 180 | 85,00 | 102,0 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 65,25 | 87,00 |
| **Итого за обед**  | **480** | **610** | **377,42** | **508,95** |
| **Полдник**  |  |  |  |  |
| Сырники запеченные | 90 | 100 | 238,80 | 292,16 |
| Какао с молоком | 150 | 180 | 108,0 | 129,6 |
| **Итого за полдник** | **240** | **280** | **346,8** | **421,76** |
|  |  |  |  |  |
| Итого за весь день: | **1040** | **1315** | **1007,38** | **1280,79** |
| **Рекомендации дома в питании: овощные блюда, фрукты свежие, молоко** |