****

**15.04.2025 г.**

**меню на 16 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 манная | 150 | | 200 | | 215,4 | 215,28 |
| Чай | 150 | | 200 | | 45,00 | 45,00 |
| Печенье | 20 | | 20 | | 70 | 70 |
| 2-й завтрак |  | |  | |  |  |
| "Снежок "питьевой | 100 | | 100 | | 79 | 79 |
| **Итого за завтрак** | **420** | | **520** | | **330,4** | **409,4** |
|  |  | |  | |  |  |
|  |  | | | |  | |
| **Обед:** | | | | | | |
| Суп гороховый | 150 | 200 | | 118,87 | | 180,0 |
| Кура отварная | 50 | 70 | | 122,65 | | 163,42 |
| Макароны отварные | 100 | 120 | | 96,6 | | 115,9 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 180 | | 71,28 | | 91,96 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | | 65,25 | | 87,00 |
| **Итого за обед** | **480** | **610** | | **474,65** | | **638,28** |
| **Полдник** |  |  | |  | |  |
| Ватрушка с повидлом | 80 | 80 | | 173 | | 230 |
| Молоко кипяченое | 150 | 180 | | 85 | | 102,0 |
| **Итого за полдник** | **230** | **260** | | **258** | | **332** |
| **Итого за весь день:** | **1160** | **1390** | | **1050,65** | | **1379,68** |
| **Рекомендации дома в питании: овощные блюда, фрукты свежие** | | | | | | |