****

**Меню на 27 февраля**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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 геркулесовая | 150 | | 200 | | 148,5 | 228,4 |
| Чай с сахаром | 150 | | 180 | | 45 | 54 |
| Батон с маслом | 5/15 | | 5/20 | | 76.7 | 89.8 |
| **Итого за завтрак** | **320** | | **405** | | **270,2** | **372,2** |
|  |  | | | |  | |
| **Обед:** | | | | | | |
| Суп с мясными фрикадельками | 150 | | 200 | 67,40 | | 90 |
| Рыбная котлета | 50 | | 70 | 56,5 | | 79,10 |
| Пюре картофельное | 100 | | 120 | 92,0 | | 110,4 |
| Компот из кураги | 150 | | 180 | 65,00 | | 78,00 |
| Хлеб ржаной | 30 | | 40 | 65,25 | | 87,00 |
| **Итого за обед:** | **480** | | **610** | **346,15** | | **444,5** |
| **Полдник** | | | | | | |
| Ватрушка с творогом | 60 | 80 | | 173 | | 230 |
| Молоко кипяченое | 150 | 200 | | 85 | | 102,0 |
| **Итого за полдник** | **210** | **280** | | **258** | | **332** |
| Итого за весь день: | **1010** | **1295** | | **874,35** | | **1148,7** |
| **Рекомендации дома в питании: овощные блюда, фрукты свежие** | | | | | | |

**26.02.2025 г.**

**26.02.2025 г.**

****