****

 **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.**

 ****