****

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Объем порции (г)** | **Каллорийность**  |
|  | **До 3- хлет** | **С 3-х до 7 лет**  | **До 3- х лет** | **С 3-х до 7 лет**  |
| **Завтрак:** |  |  |
| Каша гречневая  | 150 | 200 | 144,5 | 222,4 |
| Какао с молоком | 150 | 200 | 108 | 126,6 |
| Печенье  | 20 | 20 | 83,4 | 83,4 |
| **Итого за завтрак** | **320** | **420** | **335,9** | **432,4** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **Обед:** |  |  |
| Суп крестьянский  | 150 | 200 | 76,17 | 101,56 |
| Биточки мясные | 60 | 70 | 94,3 | 132,0 |
| Картофель отварной | 100 | 120 | 128,3 | 148,61 |
| Соус томатный  | 15 | 20 | 13,1 | 19,7 |
| Компот из чернослив | 150 | 180 | 70,65 | 84,78 |
| Хлеб ржаной | 30 | 40 | 65,25 | 87,00 |
| **Итого за обед** | **505** | **630** | **447,77** | **573,65** |
| **Полдник**  |  |  |
| Булочка домашняя  | 70 | 80 | 129,58 | 177,7 |
| Кисель  | 150 | 180 | 85.00 | 102.0 |
| **Всего за полдник** | **230** | **260** | **214,58** | **279,7** |
| **Итого за весь день:** | **1110** | **1330** | **998,25** | **1285,75** |
| **Рекомендации дома в питании: овощные блюда, фрукты, молоко** |

 **24.04.2025**

**меню на 25 апреля**