



# М Е Н Ю

## 14 августа 2023 года

	до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>				
Яйцо отварное	1 шт	76	1 шт	76
капуста тушеная	130	128	150	138
Хлеб	10	23	10	23
Чай с сахаром	150	21	180	30
Бутерброд с маслом, сыр	35	124	35	124
<b>10.00</b>				
Свежая фрукта				
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с вермишелью	150	141	180	176
Птица тушеная	50	144	60	165
Пюре картофельное	110	144	130	164
овощи свежие	40	5	60	7
Компот из сухофруктов	150	75	180	105
Хлеб	40	65	50	90
<b>Полдник</b>				
Кефир	130	80	150	96
Ватрушка с творогом	60	219	60	219
<b>Ужин</b>				
Каша "Дружба"	150	187	180	206
Хлеб	10	23	10	23
Молоко кипяченое	150	88	180	105