



# М Е Н Ю

## 19 октября 2023 года

		до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
		Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>	Биточки рыбные	50	128	70	167
	каша пшеничная	110	180	130	195
	свекла отварная	30	25	40	33
	Хлеб	10	23	10	23
	Чай с сахаром	150	21	180	30
	Бутерброд с маслом	15	108	15	108
<b>10.00</b>	Свежая фрукта				
<b>Обед</b>	Суп картофельный вегетарианский	150	68	180	82
	Гуляш из говядины	50	258	70	301
	картофель отварной	110	180	130	195
	икра кабачковая	30	20	40	25
	Компот из сухофруктов	150	75	180	105
	Хлеб	40	65	50	90
<b>Полдник</b>	Кефир	130	80	150	96
	Крендель сахарный	60	134	60	134
<b>Ужин</b>	Каша молочная рисовая жидкая	150	178	180	237
	Яйцо отварное	1 шт	76	1 шт	76
	Хлеб	10	23	10	23
	Какао с молоком	150	68	180	89