



ЗАВТРАК	3-7 лет	3-7 лет
Наименование блюд	Объём порций (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Плов фруктовый с яблоками	120	289
Чай с сахаром	200	53,06
Печенье	20	83,16
ОБЕД		
Наименование блюд	Объём порций (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Свекольник со сметаной	250	170
Каша гречневая рассыпчатая	90	202
Котлета из говядины	60	119,98
Салат из свеж. овощей	60	109,8
Компот из сухофруктов	200	96,76
Хлеб пшеничный/рж.	40/40	93,76/78,24
ПОЛДНИК		
Наименование блюд	Объём порций (г)	Энергетическая ценность (ккал)
Молоко	180	97,2
Сушка ванильная	35	67,8
Итого за день	1295	1460,76