

Старшая медсестра
И.Ю. Немова



МЕНЮ на «ЛН» г. Москва

Наименование блюд	с 1 –го до 3-х лет		с 3-х до 7- ми лет		с 7-ми до 10- и лет	
	Масса порций в граммах	Ккал.	Масса порций в граммах	Ккал.	Масса порций в граммах	Масса порций в граммах
ЗАВТРАК: Каша молочная рисовая	180	166	200	223		
Кондитерское изделие	30	276	30	307		
Чай с сахаром	180	91	200	100		
Итого завтрак:		533		630		
2-ой ЗАВТРАК: Сок	150	72	150	72		
Итого 2- ой завтрак:		72		72		
ОБЕД: Щи на м/к бульоне со сметаной	180	104,5	200	115		
Жаркое по- домашнему с мясом говядины отворной	180	320	200	353		
Компот из сухофруктов	180	93,2	200	111,8		
Хлеб ржаной	40	69,6	50	87		
Итого обед:		587,3		666,8		
ПОЛДНИК: Кисломолочный продукт	150	120	150	120		
Итого полдник:		120		120		
УЖИН: Сырники из творога	150	374,8	150	374,8		
Соус сметанный сладкий	50	37	50	37		
Какао	180	107	200	118,8		
Хлеб пшеничный	20	70,3	30	93,7		
Итого ужин:		589,1		624,3		
Всего Ккал. за день:		1901,4		2112,8		