

меню (1 день)
22 января

	Наименование блюда	Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)		Выход блюда(гр)/Энергетическая ценность(ккал)	
		с 1-3 лет		с 3-7 лет	
Завтрак Иртэнге аш	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	185,66	180/3	238,71
	Кофейный напиток с молоком	180	74,58	180	74,58
	Бутерброд с сыром, маслом сливочным	25/5/5	115,67	30/5/5	128,77
2 завтрак 2 Иртэнге аш	Фрукты свежие (яблоки)	100	47	100	47
Обед Төшке аш	Икра кабачковая			50	34,8
	салат из кукурузы к/с	30	29,79		
	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	89,36	180	107,24
	Плов из отварной птицы	150	229	200	282,55
	Напиток из свежих яблок	150	85,95	180	103,14
	Хлеб пшеничный	30	70,57	35	82,25
	Хлеб ржаной	35	69,23	45	89,19
Полдник Йокыдан соң аш	Кисломолочный напиток (напиток ацидофильный)	150	76	180	92
	печенье	20	83,4	20	83,4
Ужин Кичке аш	котлеты рыбные	50	72,63	70	101,72
	Картофельное пюре	120	129,6	140	147,9
	Хлеб пшеничный	30	70,57	35	82,25
	Чай с сахаром	150/5	19,95	180/6	23,94
			1376,33		1617,72
итого за день с 1-3 цена 135,49 руб ; с 3-7 цена 170,64 руб.					