

МЕНЮ МБДОУ № 268Дата 1.10.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
100	Омлет натуральный	148
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
80	Огурцы	10
200	Кофейный напиток с молоком	103
	Итого за завтрак	364
	ЗАВТРАК 2	
120	Кефир	59
	Итого за завтрак 2	59
	ОБЕД	
200	Суп картофельный с бобовыми	79
100	Гуляш из говядины	266
150	Каша пшенная рассыпчатая	238
20	Хлеб пшеничный	27
50	Хлеб ржаной	91
200	Компот из сухофруктов	105
	Итого за обед	866
	ПОЛДНИК	
180	Молоко кипяченое	97
25	Печенье	44
100	Яблоки	47
	Итого за полдник	188
	УЖИН	
170	Запеканка картофельная с печенью	219
60	Салат из свеклы	80
30	Соус молочный	28
30	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин	447
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1924

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА