

Меню МБДОУ № 268

Дата 04.10.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша геркулесовая молочная	213
14	Сыр порционный	50
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное	37
200	Кофейный напиток на молоке	103
	Итого за завтрак	469ккал
	ЗАВТРАК 2	
100	сок	50
	Итого за завтрак 2	50 ккал
	ОБЕД	
200	Суп картофельный с клецками	90
55	Курица в соусе с томатами	203
130	Каша пшеничная рассыпчатая	154
50	Огурец свежий	7
20	Хлеб пшеничный	44
50	Хлеб ржаной	91
150	Сок	75
	Итого за обед	664 ккал
	ПОЛДНИК	
180	Кефир	95
20	Вафли	141
100	Яблоки	40
	Итого за полдник	276ккал
	УЖИН	
170	Макаронник с печенью	288
50	Зеленый горошек консервированный отварной	38
30	Соус молочный	25
30	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин	471ккал
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1930Ккал

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА