

Меню МБДОУ № 268

Дата 05.10.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
205	Каша пшённая молочная жидкая	243
40	Яйцо отварное	63
5	Масло сливочное порц.	37
30	Хлеб пшеничный	66
200	Какао с молоком	111
	Итого за завтрак	520ккал
	ЗАВТРАК 2	
100	Яблоки	47
	Итого за завтрак 2	47ккал
	ОБЕД	
200	Свекольник	115
201	Ленивые голубцы	294
50	Салат из квашеной капусты	55
20	Хлеб пшеничный	44
50	Хлеб ржаной	91
200	Компот из с/ф	105
	Итого за обед	704 ккал
	ПОЛДНИК	
140	Кефир	101
90	Ватрушка с творожным фаршем	234
	Итого за полдник	335ккал
	УЖИН	
80	Котлета рыбная любительская	102
150	Пюре картофельное	142
30	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	49
	Итого за ужин	359ккал
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	Ккал 1965

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА