Меню МБДОУ № 268

Дата 10.09.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша дружба	241
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
200	Какао с молоком	111
	Итого за завтрак	455ккал
	ЗАВТРАК 2	
120	Кефир	67
	Итого за завтрак 2	67 ккал
	ОБЕД	
200	Суп с клецками	115
100	Куриное рагу с картофелем	266
50	Салат из свежих помидоров и огурцов	55
22	Хлеб пшеничный	57
50	Хлеб ржаной	85
200	Сок	100
	Итого за обед	678 ккал
	ПОЛДНИК	
200	Молоко кипяченое	118
100	Яблоки	47
30	Печенье	66
	Итого за полдник	231ккал
	УЖИН	
130	Каша гречневая рассыпчатая	253
50	Пюре морковное	42
30	Соус сметанный	39
30	Хлеб пшеничный	33
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин	502ккал
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1852Ккал

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА