

Меню МБДОУ № 268

Дата 13.10.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
100	Омлет натуральный	148
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
70	Икра кабачковая	106
200	Кофейный напиток	103
	Итого за завтрак	460
	ЗАВТРАК 2	
100	Бананы	40
	Итого за 2 завтрак	40
	ОБЕД	
200	Суп картофельный	104
150	Перец фаршированный	120
70	Салат из свеклы с зеленым горошком	45
25	Хлеб пшеничный	22
50	Хлеб ржаной	81
150	Компот из с/ф	105
	Итого за обед	472
	ПОЛДНИК	
250	Кефир	135
25	Печенье	181
	Итого за полдник	316
	УЖИН	
205	Творожно-морковный пудинг	247
35	Соус сметанный	46
25	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин	498
	Итого за день	1786 ккал

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА