

# МБДОУ № 268

15.11.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	<b>ЗАВТРАК</b>	
200	Каша манная молочная	243
16	Сыр порционный	58
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
200	Чай с сахаром	54
	<b>ЗАВТРАК 2</b>	458
100	Апельсин	43
	<b>Итого за завтрак 2</b>	43
	<b>ОБЕД</b>	
200	Щи из свежей капусты с картофелем	83
80	Курица в соусе томатном	149
120	Макароны отварные с маслом	193
60	Зелёный горошек конс. отварной	45
25	Хлеб пшеничный	44
25	Хлеб ржаной	45
150	Компот из сухофруктов	105
	<b>Итого за обед</b>	664
	<b>ПОЛДНИК</b>	
200	Кефир	110
30	Вафли	163
	<b>Итого за завтрак</b>	273
	<b>УЖИН</b>	
130	Каша пшенная рассыпчатая	167
80	Пудинг из печени	134
30	Соус молочной	25
25	Хлеб ржаной	44
25	Хлеб пшеничный	45
200	Кофейный напиток	103
	<b>Итого за день</b>	518
		1956 Ккал

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА**