

Меню МБДОУ № 268

На 16.09.2021 г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша геркулесовая молочная	213
40	Яйцо отварное	63
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное	37
200	Какао с молоком	111
	Итого за завтрак ккал.	490
	ЗАВТРАК 2	
117	Сок	50
	Итого за завтрак 2 ккал.	50
	ОБЕД	
200	Суп картофельный с макаронными изд.	104
80	Котлеты мясные	227
170	Капуста тушеная	163
20	Хлеб пшеничный	22
50	Хлеб ржаной	81
200	Компот из с/фр.	105
	Итого за обед ккал.	702
	ПОЛДНИК	
160	Кефир	90
90	Булочка сдобная	275
	Итого за полдник ккал.	365
	УЖИН	
80	Котлеты рыбные	98
150	Икра баклажанная	156
30	Хлеб пшеничный	55
200	Чай с лимоном	49
	Итого за ужин ккал.	358
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1965

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА