

Меню МБДОУ № 268 на 17.11.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
100	Омлет натуральный	111
70	Икра кабачковая	106
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
200	Кофейный напиток на молоке	103
	Итого за завтрак	423
	ЗАВТРАК 2	
100	Апельсины	43
	Итого за завтрак 2	43
	ОБЕД	
200	Свекольник	86
100	Гуляш из говядины	256
150	Пюре картофельное	142
50	Хлеб ржаной	81
200	Компот из с/фруктов	105
	Итого за обед	692
	ПОЛДНИК	
230	Кефир	102
50	Бутерброд с повидлом	354
	Итого за полдник	456
	УЖИН	
190	Творожно-морковный пудинг	332
35	Соус сметанный	46
25	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин	498
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2112 ккал

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА