

**МЕНЮ МБДОУ № 268**Дата 23.09.2021г.

<b>Выход (гр)</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Эн. ценн. (ккал)</b>
	<b>ЗАВТРАК</b>	
<b>200</b>	Каша пшеничная молочная	<b>235</b>
<b>30</b>	Хлеб пшеничный	<b>66</b>
<b>5</b>	Масло сливочное порционное	<b>37</b>
<b>40</b>	Яйцо отварное	<b>63</b>
<b>200</b>	Кофейный напиток	<b>103</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>504</b>
	<b>ЗАВТРАК 2</b>	
<b>100</b>	Яблоки	<b>47</b>
	<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>47</b>
	<b>ОБЕД</b>	
<b>200</b>	Суп картофельный с макаронными изд.	<b>104</b>
<b>80</b>	Котлеты мясные	<b>227</b>
<b>170</b>	Капуста тушеная	<b>163</b>
<b>20</b>	Хлеб пшеничный	<b>22</b>
<b>50</b>	Огурцы	<b>10</b>
<b>50</b>	Хлеб ржаной	<b>91</b>
<b>200</b>	Компот из сухофруктов	<b>105</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>722</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>	
<b>135</b>	Кефир	<b>76</b>
<b>90</b>	Булочка Российская	<b>293</b>
	<b>Итого за полдник</b>	<b>369</b>
	<b>УЖИН</b>	
<b>75</b>	Котлета рыбная	<b>96</b>
<b>150</b>	Картофельное пюре	<b>142</b>
<b>25</b>	Хлеб пшеничный	<b>55</b>
<b>200</b>	Чай с сахаром	<b>54</b>
	<b>Итого за ужин</b>	<b>347</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1989</b>