

МЕНЮ МБДОУ № 268

на 23.12.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
100	Омлет натуральный	148
80	Икра кабачковая	122
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
200	Кофейный напиток с молоком	54
	Итого за завтрак	427
	ЗАВТРАК 2	
100	Апельсины	43
	Итого за завтрак 2	43
	ОБЕД	
200	Суп картофельный с макарон. изд.	104
80	Котлеты мясные	226
170	Капуста тушёная	163
20	Хлеб пшеничный	22
25	Хлеб ржаной	45
200	Компот из с/фруктов	105
	Итого за обед	665
	ПОЛДНИК	
200	Кефир	112
30	Печенье	282
	Итого за полдник	394
	УЖИН	
60	Рыба по-польски	94
150	Картофель отварной	144
20	Хлеб пшеничный	44
25	Хлеб ржаной	45
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин	381
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1910

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА