

Меню МБДОУ № 268

На 24.09.2021 г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша геркулесовая молочная	213
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное	37
200	Какао с молоком	111
	Итого за завтрак ккал.	427
	ЗАВТРАК 2	
120	Кефир	67
	Итого за завтрак 2 ккал.	67
	ОБЕД	
200	Суп с клецками	115
100	Куриное рагу с картофелем	266
50	Салат из св. помидоров и перцем	55
20	Хлеб пшеничный	55
50	Хлеб ржаной	85
200	Сок	100
	Итого за обед ккал.	676
	ПОЛДНИК	
130	Молоко кипяченое	76
30	Печенье	33
100	Яблоки	47
	Итого за полдник ккал.	156
	УЖИН	
150	Сырники из творога	334
30	Соус сметанный	39
50	Пюре морковное	42
30	Хлеб пшеничный	33
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин ккал.	502
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1828

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА