

МЕНЮ МБДОУ № 268**Дата 26.10.2021г.**

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша геркулесовая молочная	213
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
40	Яйцо отварное	63
200	Какао с молоком	111
	Итого за завтрак	490
	ЗАВТРАК 2	
100	Бананы	33
	Итого за завтрак 2	33
	ОБЕД	
200	Суп картофельный с макаронами	102
200	Плов из риса и мясо	314
60	Салат из свеклы с зеленым горошком	40
25/25	Хлеб ржаной/ пшеничный	44/45
150	Сок	75
	Итого за обед	620
	ПОЛДНИК	
170	Кефир	95
80	Пирожок с повидлом	237
	Итого за полдник	332
	УЖИН	
96	Сельдь с луком	96
150	Картофель отварной	144
25/25	Хлеб пшеничный/ржаной	45/55
200	Чай с лимоном	49
	Итого за ужин	389
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1864

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА