

# Меню МБДОУ № 268 на 27.08.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	<b>ЗАВТРАК</b>	
100	Омлет натуральный	148
80	Огурцы	10
30	Хлеб пшеничный	37
5	Масло сливочное порционное	66
200	Какао с молоком	111
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>372 ккал</b>
	<b>ЗАВТРАК 2</b>	
120	Кефир	66
	<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>66 ккал</b>
	<b>ОБЕД</b>	
200	Суп с клёцками	115
120	Куриное рагу с картофелем	266
50	Салат из свежих помидоров с перцем	55
25	Хлеб пшеничный	55
50	Хлеб ржаной	85
200	Сок	100
	<b>Итого за обед</b>	<b>676 ккал</b>
200	<b>ПОЛДНИК</b>	
15	Молоко кипяченое	118
100	Печенье	33
	Яблоки	47
	<b>Итого за полдник</b>	<b>188 ккал</b>
150	<b>УЖИН</b>	
30	Сырники из творога	334
50	Соус сметанный	39
30	Пюре морковное	42
200	Хлеб пшеничный	33
	Чай с сахаром	54
	<b>Итого за ужин</b>	<b>502</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1804 ккал</b>

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА**