

**МЕНЮ МБДОУ № 268**Дата 27.10.2021г.

<b>Выход (гр)</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Эн. ценн. (ккал)</b>
	<b>ЗАВТРАК</b>	
<b>100</b>	Омлет натуральный	<b>111</b>
<b>30</b>	Хлеб пшеничный	<b>66</b>
<b>5</b>	Масло сливочное порционное	<b>37</b>
<b>70</b>	Икра кабачковая	<b>106</b>
<b>200</b>	Кофейный напиток с молоком	<b>103</b>
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>423</b>
	<b>ЗАВТРАК 2</b>	
<b>100</b>	Яблоки	<b>33</b>
	<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>33</b>
	<b>ОБЕД</b>	
<b>200</b>	Суп картофельный с крупой	<b>86</b>
<b>100</b>	Гуляш из говядины	<b>256</b>
<b>150</b>	Пюре картофельное	<b>142</b>
<b>50</b>	Салат из квашеной капусты	<b>55</b>
<b>25</b>	Хлеб пшеничный	<b>22</b>
<b>50</b>	Хлеб ржаной	<b>81</b>
<b>200</b>	Компот из сухофруктов	<b>105</b>
	<b>Итого за обед</b>	<b>747</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>	
<b>240</b>	Кефир	<b>134</b>
<b>20</b>	Вафли	<b>108</b>
	<b>Итого за полдник</b>	<b>242</b>
	<b>УЖИН</b>	
<b>190</b>	Творожно – морковная запеканка	<b>332</b>
<b>35</b>	Соус сметанный	<b>46</b>
<b>25</b>	Хлеб пшеничный	<b>66</b>
<b>200</b>	Чай с сахаром	<b>54</b>
	<b>Итого за ужин</b>	<b>498</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1943</b>

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА**