

Меню МБДОУ № 268

На 29.11.2021 г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша геркулесовая молочная	213
14	Сыр порционный	50
30	Хлеб пшеничный	60
5	Масло сливочное	37
200	Кофейный напиток с молоком	103
	Итого за завтрак ккал.	463
	ЗАВТРАК 2	
100	Сок	50
	Итого за завтрак 2 ккал.	50
	ОБЕД	
200	Суп картофельный с клецками	90
55	Курица в соусе томатном	203
130	Каша гречневая рассыпчатая	253
50	Помидор соленый	8
20	Хлеб пшеничный	44
50	Хлеб ржаной	91
200	Компот из с/ф.	105
	Итого за обед ккал.	794
	ПОЛДНИК	
180	Кефир	101
20	Вафли	188
100	Яблоки	40
	Итого за полдник ккал.	329
	УЖИН	
170	Макаронник с печенью	288
50	Зеленый горошек конс. отварной	38
30	Соус молочный	25
30	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин ккал.	471
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2107

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА