

МЕНЮ МБДОУ № 268

НА 07.10.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша манная молочная	243
14	Сыр порционный	50
5	Масло сливочное порционное	37
30	Хлеб пшеничный	66
200	Какао с молоком	111
	Итого за завтрак	507ккал
	ЗАВТРАК 2	
100	Бананы	47
	Итого за завтрак 2	47 ккал
	ОБЕД	
200	Суп картофельный с макаронами	104
80	Котлеты мясные	226
170	Капуста тушеная	163
20	Хлеб пшеничный	22
25	Хлеб ржаной	45
200	Компот из сухофруктов	105
	Итого за обед	665 ккал
	ПОЛДНИК	
170	Кефир	95
80	Булочка российская	259
	Итого за полдник	354ккал
	УЖИН	
60	Рыба по-польски	94
150	Картофель отварной	144
25	Хлеб ржаной	45
30	Хлеб пшеничный	55
200	Чай с сахаром	49
	Итого за ужин	342 ккал
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1951Ккал

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА