

Меню МБДОУ № 268

Дата 08.09.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша гречневая молочная	218
16	Сыр порционный	58
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
200	Кофейный напиток с молоком	103
	Итого за завтрак	482ккал
	ЗАВТРАК 2	
100	Кефир	56
	Итого за завтрак 2	56 ккал
	ОБЕД	
200	Суп пюре с яйцом	133
180	Кабачки фаршированные	225
70	Салат из свежих помидоров и огурцов	55
50	Хлеб ржаной	81
200	Компот из сухофруктов	105
	Итого за обед	654 ккал
	ПОЛДНИК	
100	Молоко кипяченое	54
100	Яблоки	48
50	Бутерброд с повидлом	119
	Итого за полдник	221ккал
	УЖИН	
190	Творожно-морковный пудинг	370
35	Соус сметанный	39
30	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин	529ккал
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1837 1942Ккал

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА