

Меню МБДОУ № 268

на 13.09.2021 г.

268Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша манная молочная	235
14	Сыр порционный	50
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
200	Кофейный напиток с молоком	103
	Итого за завтрак ккал.	491
	ЗАВТРАК 2	
100	Сок яблочный	47
	Итого за завтрак 2 ккал.	47
	ОБЕД	
200	Суп картофельный с крупой	86
55	Курица в соусе томатном	253
120	Макароны отварные с маслом	177
50	Салат из свежих огурцов и помидоров	47
20	Хлеб пшеничный	44
50	Хлеб ржаной	91
200	Сок	100
	Итого за обед ккал.	798
	ПОЛДНИК	
176	Кефир	98
40	Вафли	151
	Итого за полдник ккал.	249
	УЖИН	
150	Сырники из творога	334
30	Соус сметанный	39
50	Пюре из моркови	42
30	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин ккал.	535
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2120Ккал

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА