

# Меню МБДОУ № 268 на 17.09.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	<b>ЗАВТРАК</b>	
100	Омлет натуральный	148
80	Огурцы	10
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
200	Кофейный напиток на молоке	103
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>364</b>
	<b>ЗАВТРАК 2</b>	
100	Кефир	56
	<b>Итого за завтрак 2</b>	<b>56</b>
	<b>ОБЕД</b>	
200	Суп картофельный с бобовыми	79
100	Гуляш из говядины	266
110	Каша гречневая рассыпчатая	217
20	Хлеб пшеничный	27
50	Хлеб ржаной	91
200	Компот из с/фруктов	105
	<b>Итого за обед</b>	<b>782</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>	
180	Молоко кипяченое	97
100	Яблоки	47
25	Печенье	73
	<b>Итого за полдник</b>	<b>217</b>
	<b>УЖИН</b>	
170	Запеканка картофельная с печенью	219
	Соус молочный	80
60	Салат из свеклы	28
30	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	<b>Итого за ужин</b>	<b>447</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1866</b>

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА**