

**МЕНЮ МБДОУ № 268**Дата 22.09.2021г.

<b>Выход (гр)</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Эн. ценн. (ккал)</b>
	<b>ЗАВТРАК</b>	
<b>200</b>	Каша гречневая молочная	<b>218</b>
<b>30</b>	Хлеб пшеничный	<b>66</b>
<b>5</b>	Масло сливочное порционное	<b>37</b>
<b>14</b>	Сыр порционный	<b>50</b>
<b>200</b>	Кофейный напиток на молоке	<b>103</b>
	<b>Итого за завтрак ккал</b>	<b>474</b>
	<b>ЗАВТРАК 2</b>	
<b>100</b>	Кефир	<b>56</b>
	<b>Итого за завтрак 2 калл.</b>	<b>56</b>
	<b>ОБЕД</b>	
<b>200</b>	Суп пюре с яйцом	<b>133</b>
	Фаршированные кабачки	<b>275</b>
<b>50</b>	Салат из свежих помидоров с перцем	<b>55</b>
<b>50</b>	Хлеб ржаной	<b>81</b>
<b>200</b>	Компот из сухофруктов	<b>105</b>
	<b>Итого за обед ккал.</b>	<b>649</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>	
<b>100/100</b>	Молоко кипяченое/яблоки	<b>54/48</b>
<b>50</b>	Бутерброд с повидлом	<b>119</b>
	<b>Итого за полдник калл.</b>	<b>221</b>
	<b>УЖИН</b>	
<b>190</b>	Творожно-морковный пудинг	<b>370</b>
<b>35</b>	Соус сметанный	<b>39</b>
<b>30</b>	Хлеб пшеничный	<b>66</b>
<b>200</b>	Чай с сахаром	<b>54</b>
	<b>Итого за ужин калл</b>	<b>529</b>
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ калл</b>	<b>1929</b>

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА**