

МЕНЮ МБДОУ № 268

Дата 23.08.2021г.

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша манная молочная	243
30	Хлеб пшеничный	66
5	Масло сливочное порционное	37
16	Сыр порционный	58
200	Кофейный напиток на молоке	103
	Итого за завтрак	507ккал
	ЗАВТРАК 2	
100	Яблоки	47
	Итого за завтрак 2	47 ккал
	ОБЕД	
200	Щи из свежей капусты	83
80	Курица в томатном соусе	149
120	Макаронны отварные с маслом	193
47	Помидоры свежие	5
20	Хлеб пшеничный	44
50	Хлеб ржаной	91
200	Сок яблочный	100
	Итого за обед	665 ккал
	ПОЛДНИК	
200	Кефир	108
40	Вафли	130
	Итого за полдник	238 ккал
	УЖИН	
130	Каша перловая рассыпчатая	167
80	Пудинг из печени	134
30	Соус сметанный	39
30	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин	460 ккал
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1917 ккал

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА