

Меню ДОУ (Детсад лето-осень 2021)

Выход (гр)	Наименование блюда	Эн. ценн. (ккал)
	ЗАВТРАК	
200	Каша гречневая молочная	218
14	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
200	Перец фаршированный	275
50	Салат из свежих помидоров с перцем	55
20	Хлеб пшеничный	55
50	Хлеб ржаной	81
200	Компот из с\ф	105
	Итого за обед	704 ккал
	ПОЛДНИК	
100	Молоко кипяченое	53
100	Яблоки	48
50	Бутерброд с повидлом	118
	Итого за полдник	219 ккал
	УЖИН	
190	Творожено-морковный пудинг	370
35	Соус сметанный	39
30	Хлеб пшеничный	66
200	Чай с сахаром	54
	Итого за ужин	529 ккал
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1990 Ккал

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА