

# Меню на 01 сентября 2021г



заведующий МБДОУ № 209

Наименование блюд	Выход		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
<b>Завтрак</b>				
Сырники розовые со смет т/о	157	182	345,82	411,32
Какао с молоком	150	180	115,0	138,5
Хлеб пшеничный со слив маслом	35	40	108,0	123,4
<b>Второй завтрак</b>				
Сок яблочный	100	100	46,0	46,0
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с бобовыми	150	200	105,7	140,9
Соус томатный	50	50	28,08	28,08
Перец фаршированный мясом и рисом	180	190	186,0	196,3
Хлеб пшеничный	10	15	23,5	35,25
Хлеб ржаной	20	20	36,2	36,2
Компот из алычи	150	180	68,98	82,8
<b>Уплотнённый полдник</b>				
Омлет натуральный	65	65	110,5	110,5
Икра из кабачков	100	112	6,96	7,79
Хлеб пшеничный	20	31	47,0	72,8
Чай с сахаром	150	180	42,0	45,4
Сыр порционный	10	14	36,4	43,63
Хлеб ржаной	20	27	36,2	48,9
<b>Ужин</b>				
Кефир	151	151	84,5	84,5
Вафли	30	30	162,6	1621,6
Яблоко	75	75	37,8	37,8
	1623	1842	1627,2	1852,6