

Меню на 04 октября 2021г



заведующий МБДОУ № 209

Наименование блюд	Выход		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп молочный с крупой (манка)	206	209	136,2	138,1
Хлеб пшеничный со слив маслом	35	40	108,0	123,4
Кофейный напиток с молоком	150	180	115,0	138,5
Второй завтрак				
Обед				
Суп картофельный с бобовыми	150	200	105,7	140,9
Куры отварные порционные	55	60	63,5	69,2
Каша пшённая	100	100	154,52	154,52
Салат из свеклы	50	50	66,6	66,6
Хлеб пшеничный	10	11	23,5	25,9
Хлеб ржаной	20	20	36,2	36,2
Сок яблочный	100	101	46,0	46,5
Уплотнённый полдник				
Яйцо отварное	40	40	62,8	62,8
Капуста тушеная	136	142	131,0	136,7
Хлеб ржаной	20	27	36,2	48,9
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,5
Чай с лимоном	150	180	42,0	45,4
Ужин				
Кефир	150	155	83,9	86,7
Печенье	15	30	67,5	135,0
Яблоко	75	75	37,8	37,8
	1482	1650	1363,4	1563,6