

Меню на 06 октября 2021г



заведующий МБДОУ № 209

Наименование блюд	Выход		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Запеканка творожная со сметаной т/о	150	184	225,6	276,8
Хлеб пшеничный со слив маслом	35	40	108,0	123,4
Какао с молоком	150	180	115,0	138,5
Второй завтрак				
Сок яблочный	100	104	46,9	47,8
Обед				
Суп картофельный с крупой	150	200	62,7	83,6
Рагу из мяса и овощей	153	173	246,7	278,9
Свекла отварная	40	60	53,3	79,9
Хлеб пшеничный	10	10	23,5	23,5
Хлеб ржаной	15	20	27,2	36,2
Компот из сухофруктов	150	180	85,4	102,4
Уплотнённый полдник				
Суп молочный с крупой (пшено)	200	200	146,8	146,8
Хлеб пшеничный	19	27	22,3	63,4
Хлеб ржаной	15	27	27,2	45,4
Чай с сахаром	150	180	42,0	80,4
Ужин				
Кефир	150	155	83,9	86,7
Вафли	25	25	135,5	135,5
Яблоко	76	76	38,3	38,3
	1588	1841	1489,4	1756,0