

Меню на 07 октября 2021г

заведующий МБДОУ № 209



Наименование блюд	Выход		Кккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Рыба жареная	60	61	97,1	98,7
Картофельное пюре	100	120	110,4	132,5
Хлеб пшеничный со слив маслом	35	40	108,0	123,4
Чай с лимоном	150	180	42,0	45,4
Второй завтрак				
Яблоко	100	100	50,4	50,4
Обед				
Щи из свежих овощей	200	250	106,4	133,0
Кнели говяжьи с рисом	80	81	274,9	278,3
Икра свекольная	100	120	151,4	181,6
Хлеб пшеничный	10	10	23,5	23,5
Хлеб ржаной	20	20	36,2	36,2
Кисель из сухофруктов	150	200	93,4	124,5
Уплотнённый полдник				
Суп молочный с макаронными изделиями	200	203	156,0	158,3
Хлеб ржаной	20	26	36,2	47,1
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,5
Кофейный напиток с молоком	150	180	66,7	80,4
Ужин				
Кефир	150	196	83,9	109,6
Булочка домашняя	50	50	288,2	288,2
	1595	1867	1771,7	1981,6