

Меню на 11 октября 2021г



заведующий МБДОУ № 209

Наименование блюд	Выход		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Суп молочный с крупой(геркулес)	213	214	141,6	142,1
Хлеб пшеничный со слив маслом	35	40	108,0	123,4
Кофейный напиток с молоком	150	200	66,7	80,4
Второй завтрак				
Сок яблочный	100	100	46,0	46,0
Обед				
Суп картофельный с бобовыми	150	200	105,7	140,9
Курица в соусе с томатом	50	59	217,8	257,0
Макаронны отварные с маслом	100	100	171,1	171,1
Салат из свеклы	50	50	66,6	66,6
Хлеб пшеничный	10	11	23,5	25,8
Хлеб ржаной	20	20	36,2	36,2
Компот из сухофруктов	150	180	85,4	102,4
Уплотнённый полдник				
Яйцо отварное	40	40	62,8	62,8
Каша пшённая	100	100	154,5	154,5
Икра кабачковая консер т/о	30	50	43,7	72,8
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,5
Хлеб ржаной	20	27	36,2	45,4
Чай с лимоном	150	180	42,0	80,4
Ужин				
Кефир	150	153	83,9	85,6
Печенье	15	15	67,5	67,5
Яблоко	65	76	32,8	38,3
	1618	1845	1639,0	1816,6