

Меню на 13 сентября 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	150	180	115,0	138,5
Второй завтрак				
Сок яблочный	97	97	44,6	44,6
Обед				
Суп картофельный с бобовыми	150	200	105,7	140,9
Курица в соусе с томатом	50	60	217,8	261,34
Рис отварной	100	100	150,12	150,12
Огурец свежий порционный	35	40	4,23	4,83
Хлеб пшеничный	10	12	23,5	28,2
Хлеб ржаной	20	20	36,2	36,2
Компот из алычи	150	180	68,98	82,8
Уплотнённый полдник				
Омлет натуральный	65	65	110,5	110,5
Капуста тушеная	150	160	144,4	154,1
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,5
Хлеб ржаной	20	28	36,2	50,7
Чай с сахаром	150	180	42,0	45,4
Ужин				
Кефир	151	150	84,5	83,9
Печенье	15	30	67,5	135,0
Яблоко	70	71	35,3	35,8
	1651	1877	1583,1	1838,9