

Меню на 14 сентября 2021г



заведующий МБДОУ № 209

Наименование блюд	Выход		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Каша пшеничная	100	100	154,2	154,2
Биточки рыбные	62	74	70,1	83,7
Огурец свежий порционный	35	40	4,23	4,83
Хлеб пшеничный со слив маслом	35	40	108,0	123,4
Чай с сахаром	150	180	42,0	45,4
Второй завтрак				
Сок яблочный	104	105	47,8	48,3
Обед				
Суп картофельный с крупой	150	200	62,7	83,6
Бефстроганов из отварной говядины	115	117	239,6	261,34
Картофель отварной	100	120	110,4	132,4
Хлеб пшеничный	10	10	23,5	23,5
Хлеб ржаной	20	20	36,2	36,2
Компот из алычи	150	180	68,98	82,8
Уплотнённый полдник				
Суп молоч с макаронными изделиями	204	204	159,1	159,1
Хлеб пшеничный	11	24	25,8	56,4
Хлеб ржаной	20	30	36,2	54,3
Коф напиток с молоком	150	180	115,0	138,5
Ужин				
Кефир	150	199	83,9	112,0
Булочка дорожная	50	50	288,2	288,2
	1616	1873	1676,2	1870,8