

Меню на 14 октября 2021г



заведующий МБДОУ № 209

Наименование блюд	Выход		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Рыба тушеная в томате с овощами		157		179,5
Картофель отварной со сл маслом		120		132,4
Хлеб пшеничный со слив маслом		40		123,4
Чай с с лимоном		180		45,4
Второй завтрак				
Банан		70		67,2
Обед				
Свекольник		200		99,4
Биточки мясные		85		214,7
Каша гречневая		100		126,0
Салат из квашеной капусты с луком		30		33,2
Хлеб пшеничный		13		30,5
Хлеб ржаной		20		36,2
Компот из сухофруктов		180		102,4
Уплотнённый полдник				
Суп молочный с крупой (манка)		20		132,2
Хлеб ржаной		27		48,9
Хлеб пшеничный		24		63,5
Кофейный напиток с молоком		180		80,4
Ужин				
Кефир		198		110,7
Булочка российская		50		166,5
		1874		1785,4