

Меню на 15 сентября 2021г

заведующий МБДОУ № 209



Наименование блюд	Выход		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Сырники розов со смет т/о	120	160	271,2	358,1
Хлеб пшеничный со слив маслом	35	40	108,0	123,4
Какао с молоком	150	180	115,0	138,5
Второй завтрак				
Сок яблочный	100	102	46,0	46,9
Обед				
Щи со сметаной	150	200	66,7	88,9
Соус томатный	50	50	28,08	28,08
Перец фаршированный мясом и рисом	173	178	178,8	183,9
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				
Суп молочный с крупой (гречка)	210	226	148,7	160,0
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	157	84,5	87,9
Вафли	20	20	108,4	108,4
Яблоко	75	75	37,8	37,8
	1604	1736	1447,1	1675,7