

Меню на 29 сентября 2021г

Утверждаю

заведующий МБДОУ № 209



Наименование блюд	Выход		Ккал	
	ясли	сад	ясли	сад
Завтрак				
Сырники из творога	120	144	132,3	158,8
Хлеб пшеничный со слив маслом	35	40	108,0	123,4
Какао с молоком	150	180	115,0	138,5
Второй завтрак				
Сок яблочный	95	97	43,7	44,6
Обед				
Суп картофель с крупой (пшеничная)	150	200	62,7	83,6
Соус томатный	50	50	28,08	28,08
Перец фаршированный мясом и рисом	130	146	134,3	150,8
Хлеб пшеничный	10	14	23,5	32,9
Хлеб ржаной	20	21	36,2	38,0
Компот из алычи	150	180	68,98	82,8
Уплотнённый полдник				
Суп молочный с крупой (геркулес)	207	209	137,6	138,9
Хлеб ржаной	20	30	36,2	54,3
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,5
Чай с сахаром	150	180	42,0	45,4
Ужин				
Кефир	151	156	84,5	83,9
Вафли	20	25	108,4	135,5
Яблоко	76	76	38,3	38,3
	1554	1772	1246,8	1448,3