

Меню на «22» сентября 2021 г.

Утверждаю
 Бурка Т.А. *[Подпись]*
 И.о. заведующего МБДОУ № 284



Выход

Завтрак

Сырники из творога, запеченные со сметаной
 Чай с сахаром и лимоном
 Хлеб с м/с

Мл.гр	Энер. у (ккал)	Ст. группа	Энер. у (ккал)
150/15	136,14	160/25	170,17
150	46,2	180	61,6
30/5	10,8	30/5	10,8

2 й Завтрак

Сок фруктовый

100	46,0	100	46,0
-----	------	-----	------

Обед

Суп картофельный с бобовыми
 Картофельная запеканка с мясом
 Соус томатный
 Огурец свежий
 Компот из смеси сухофруктов
 Хлеб ржаной

150	46,9	180	79,03
90	87,4	150	245,5
10	5,4	20	10,8
10	6,8	20	13,6
150	80,58	180	96,7
40	72,4	50	90,5

Полдник

Кефир
 Булочка «Веснушка»

150	29,5	180	43,7
50	189,3	70	204,3

Ужин

Каша ячневая молочная жидкая
 Кофейный напиток с молоком
 Яйцо вареное
 Хлеб пшеничный

200	236,13	200	236,13
150	89,01	180	106,81
20	13,7	20	13,7
30	70,5	50	131
1400		1800	