

Меню на « 24 » сентября 2021 г.

140

Утверждаю Зав. МБДОУ № 284



Бураева Л.Н.
Рубинова Л.Н.

Завтрак

Пудинг творожный запеченный
Соус сметанный
Кофейный напиток с молоком
Хлеб с м/с

Мл.гр	Выход	Энер. ц. (ккал)	СТ. группа	Энер. ц. (ккал)
140	284,41	160	297,3	
30	38,0	30	38,0	
150	89,1	180	106,81	
25/5	93,2	25/5	93,2	

2 й Завтрак

Сок фруктовый

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

Обед

Суп крестьянский с крупой ячневая
Ежики
Макаронные изделия отварные
Огурец свежий
Помидор свежий
Компот из смеси сухофруктов
Хлеб ржаной

150	77,8	180	99,32
50	122,1	60	139,4
60	73,2	100	144,2
10	6,7	15	8,3
10	6,7	15	8,3
150	80,58	180	96,7
40	72,4	50	90,5

Полдник

Кефир
Булочка домашняя

150	79,5	180	99,25
50	193,3	70	233,2

Ужин

Суп молочный с крупой Геркулес
Сыр порционный
Чай с молоком
Хлеб пшеничный

200	148,54	200	148,54
15	50,9	15	50,9
150	65,47	180	78,57
35	65,3	55	131

1400

1800

