

Меню на «11» января 2022 г.

И. о. заведующего МБДОУ №284



Утверждаю  
Бурка Т.А.

**Завтрак**

Каша манная молочная  
Чай с сахаром  
Хлеб с м/с

Выход	Мат. группа	Ст. группа
170	235,68	190 263,4
150	65,48	180 48,34
25/5	95	25/5 95

**2 й Завтрак**

Апельсин

100	43	100 43
-----	----	--------

**Обед**

Борщ с капустой и картофелем  
Плов из отварной говядины  
Салат из свеклы с чесноком  
Компот из смеси сухофруктов  
Хлеб ржаной

150	89,58	180 111,10
100	209,21	170 323,66
10	13,52	20 26,63
150	80,58	180 96,7
40	44,40	50 90,5

**Полдник**

Молоко кипяченое  
Печенье

180	105,54	200 114,31
20	67,50	50 125

**Ужин**

Рыба по-польски  
Картофель отварной  
Горошек зеленый консервированный отварной  
Чай с молоком  
Хлеб пшеничный

70	118,83	70 118,83
125	158,33	125 158,33
20	28,64	20 28,64
150	36,48	180 48,64
35	40,5	55 130,0
	1192,16	1905,69