

Меню на «03» марта 2022 г.

Утверждаю И. о. заведующего МБДОУ № 284

Бурка Т.А.



Завтрак:	Мл. группа	Выход		ккал
		ккал	Ст. группа	
Каша ячневая молочная жидкая	180	204,12	200	226,8
Кофейный напиток с молоком	150	89,01	180	106,8
Хлеб с м/с	15/5	54,88	15/5	54,88
2-й завтрак:				
Сок фруктовый	100	46,0	100	46,0
Обед:				
Свекольник	150	62,5	180	75,0
Бифштекс рубленый паровой	50	151,77	70	109,2
Макаронные изделия отварные	100	156,0	100	156,0
Огурец соленый	10	6,7	20	13,4
Компот из свежих плодов (яблоко)	150	68,98	180	93,7
Хлеб ржаной	40	72,4	50	90,5
Полдник:				
Молоко кипяченое	180	105,57	200	117,31
Печенье	20	67,5	50	135,0
Ужин:				
Котлета рыбная любительская	50	38,26	50	38,26
Каша пшеничная рассыпчатая	110	130,21	110	130,21
Салат из квашеной капусты	45	49,77	45	49,77
Чай с сахаром	150	36,48	180	48,64
Хлеб пшеничный	45	90,6	65	130,87
		1352,75		1622,34