

Меню на «10» марта 2022 г.

Утверждаю И. о. заведующего МБДОУ № 284



Бурка Т.А.

Завтрак:	Выход			
	Мл. группа	ккал	Ст. группа	ккал
Каша геркулесовая молочная	150	152,0	180	189,4
Какао с молоком	150	176,14	150	176,14
Сыр порционный	5	12,13	10	24,26
Яйцо вареное	25	39,25	40	62,8
Хлеб с м/с	15/5	54,0	15/5	54,0
2-й завтрак:				
Яблоко	100	47,0	100	47,0
Обед:				
Свекольник	150	92,58	180	111,10
Бифштекс рубленый паровой	50	109,2	70	151,77
Каша пшеничная рассыпчатая	100	118,4	100	118,4
Огурец соленый	10	6,4	20	12,8
Компот из смеси сухофруктов	150	80,58	180	96,7
Хлеб ржаной	40	36,2	50	54,3
Полдник:				
Молоко кипяченое	180	87,98	200	117,31
Пряник	20	67,5	50	135,0
Ужин:				
Биточки рыбные	70	74,55	70	74,55
Рис припущенный	100	226,0	100	226,0
Икра кабачковая консервированная т/о	35	72,83	35	72,83
Чай с сахаром	150	46,22	180	61,62
Хлеб пшеничный	45	105,75	65	152,75
		1604,71		1938,72