

Меню на «14» марта 2022 г.

Утверждаю И. о. заведующего МБДОУ № 284

Бурка Т.А.

Завтрак:	Мл. группа	Выход		ккал
		ккал	Ст. группа	
Каша молочная пшеничная жидкая	150	187,5	150	187,5
Какао с молоком	150	115,0	200	153,9
Яйцо вареное	15	23,55	15	23,55
Хлеб с м/с	30/5	108,0	30/5	108,0
2-й завтрак:				
Сок фруктовый	100	46	100	46
Обед:				
Щи из квашеной капусты с картофелем	150	59,52	180	71,42
Куриное рагу с картофелем	100	131,0	140	183,4
Салат из соленых огурцов с репчатым луком и маслом растительным	30	33,21	50	55,35
Компот из свежих плодов (яблоко)	150	68,98	180	82,78
Хлеб ржаной	40	36,2	50	54,3
Полдник:				
Молоко кипяченое	180	87,98	200	117,31
Вафли	20	108,4	50	271,0
Ужин:				
Каша манная молочная с изюмом	170	167,04	200	196,52
Чай с сахаром и лимоном	180	50,4	180	50,4
Сыр порционный	20	72,8	20	72,8
Хлеб пшеничный	30	70,5	50	117,5
		1366,08		1791,73