

Меню на «18» марта 2022 г.

Утверждаю И. о. заведующего МБДОУ № 284

Бурка Т.А.



Выход				
Завтрак:	Мл. группа	ккал	Ст. группа	ккал
Вареники ленивые со сметаной	150/15	278,0	165/20	310,8
Какао с молоком	150	115,0	180	159,9
Хлеб с м/с	30/5	108,0	30/5	108,0
2-й завтрак:				
Яблоко	100	47,0	100	47,0
Обед:				
Рассольник домашний	150	82,8	180	99,4
Жаркое по-домашнему	150	267,69	150	267,69
Салат из свеклы с чесноком	10	13,3	40	53,2
Сок фруктовый	150	46,0	180	55,2
Хлеб ржаной	40	36,2	50	54,3
Полдник:				
Кефир	150	79,5	180	112,52
Пирожок с повидлом	50	70,7	70	99,0
Ужин:				
Суп молочный с крупой геркулес	200	148,54	200	148,54
Чай с молоком	150	54,52	180	65,4
Сыр порционный	20	72,8	20	72,8
Хлеб пшеничный	30	70,5	50	117,5
		1490,55		1771,25