

Меню на «21» марта 2022 г.

Утверждаю И. о. заведующего МБДОУ № 284

Бурка Т.А.



Выход				
Завтрак:	Мл. группа	ккал	Ст. группа	ккал
Каша рисовая молочная	150	172,3	200	229,7
Какао с молоком	150	115,0	150	115,0
Хлеб с м/с	30/5	108,0	30/5	108,0
Сыр порционный	15	50,9	15	50,9
2-й завтрак:				
Апельсин	100	96,0	100	96,0
Обед:				
Суп картофельный с бобовыми	150	140,9	180	156,2
Курица в соусе с томатом	50	217,78	70	261,34
Каша гречневая рассыпчатая	100	211,14	100	211,14
Икра кабачковая консервированная	10	14,6	20	29,1
Компот из свежих яблок	150	69,98	180	91,98
Хлеб ржаной	40	36,2	50	54,3
Полдник:				
Молоко кипяченое	180	87,98	200	117,31
Вафли	20	108,4	50	271
Ужин:				
Капуста тушеная	180	126,4	180	126,4
Яйцо вареное	40	62,8	40	62,8
Чай с сахаром и лимоном	150	42,0	180	50,4
Хлеб пшеничный	30	70,5	50	117,5
		1730,88		2149,07