

Меню на «20» июня 2022 г.

Утверждаю И. о. заведующего МБДОУ № 284

Бурка Т.А.



Завтрак:	Мл. группа	Выход		ккал
		ккал	Ст. группа	
Яйцо вареное	49	21,63	49	21,63
Капуста тушеная	120	151,72	120	151,72
Масло сливочное (порциями)	5	37,4	5	37,4
Хлеб пшеничный	30	72,6	30	72,6
Сыр полутвердый (порциями)	13	47,19	13	47,19
Чай с сахаром	150	65,41	200	87,21
2-й завтрак:				
Банан	100	95	100	95
Обед:				
Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	76,44	200	101,92
Птица тушеная	50	115	80	184
Пюре картофельное	100	98,96	130	128,65
Салат из свеклы	20	28,83	50	72,08
Компот из смеси сухофруктов	150	48,18	180	57,81
Хлеб ржаной	40	96,8	50	121
Полдник:				
Кефир	150	79,5	180	95,4
Ватрушка с творожным фаршем	50	104,3	80	166,88
Ужин:				
Каша «Дружба»	200	207,93	200	207,93
Хлеб пшеничный	30	72,6	50	121
Молоко кипяченое	180	93,6	200	104
		1513,09		1873,52