

## Меню на «21» июня 2022 г.

Утверждаю И. о. заведующего МБДОУ № 284

Пучкова Г.Ю.



Завтрак:	Мл.	ккал	Ст.	ккал
	группа		группа	
Запеканка из творога	120	187,14	120	187,14
Соус молочный сладкий	50	35,3	50	35,3
Хлеб пшеничный	30	72,6	40	96,8
Масло сливочное(порций)	5	37,4	5	37,4
Чай с сахаром	150	21,02	200	28,03
<b>2-й завтрак:</b>				
Апельсин	100	95	100	95
<b>Обед:</b>				
Щи из свежей капусты с картофелем	150	69,56	200	92,75
Оладьи из печени по-кунцевски	50	142,5	80	228
Картофель отварной с маслом	100	105,77	130	137,5
Горошек зеленый консервированный т/о	10	7,79	30	23,37
Компот из смеси сухофруктов	150	48,18	180	57,81
Хлеб ржаной	40	96,8	50	121,0
<b>Полдник:</b>				
Кефир	150	79,5	180	95,4
Булочка домашняя	50	144,74	70	202,63
<b>Ужин:</b>				
Каша из овсяных хлопьев «геркулес» жидкая	180	180,21	200	200,23
Хлеб пшеничный	30	72,6	40	96,8
Яйцо вареное	49	121,63	49	121,63
Кофейный напиток с молоком	150	65,41	200	87,21
		1583,15		1943,60