

Меню на 01.04.2024 г. (1 день) МБДОУ № 57

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порции	Энерг. цен.	Масса порции	Энерг. цен.	Вит. «С»
		ясли		сад		
		Г	Ккал	Г	Ккал	мГ
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150	172,05	200	229,4	
	Чай с молоком	180	78,30	200	87,0	
	Хлеб пшеничный	30	70,5	40	94,0	
	Масло сливочное	4	29,92	5,0	37,4	
09.30 – вода бутилированная						
Обед	Салат картофельный с солёными огурцами и зеленым горошком	30	29,7	60	59,4	
	Ши из свежей капусты с картофелем	150	49,8	180	59,76	
	Зразы из говядины с рисом паровые	50	105,5	70	147,7	
	Свекла тушеная в сметане	110	114,95	130	135,85	
	Компот из смеси сухофруктов	180	99	200	110	с 3х до 6 лет – 25 с 6 до 12 лет - 50
	Хлеб столовый ржано-пшеничный	50	90,5	60	108,6	
Уплотнённый полдник	Салат из свежих огурцов	40	26,0	60	39,0	
	Рыба припущенная в молоке	50	64,5	60	77,4	
	Картофельное пюре	120	110,4	150	138	
	Кисель из сока плодового или ягодного	180	81	200	90	
	Хлеб пшеничный	25	58,75	25	58,75	
	Масло сливочное	5	37,4	5	37,4	
	Яблоко	95	44,65	200	94	

Подпись (Кожина Н.С.)