

МБДОУ №95

Утверждаю:

Заведующий И.О. Пастухова И.О.

19 Июля 2024г.

Меню

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с ячневой крупой	200	226.32
Какао с молоком	180	94.27
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	182.37
2-ой завтрак		
Сок	104.17	57.39
Фрукты свежие	100	41.23
ОБЕД		
Овощи натуральные соленные или свежие	60	6.03
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом	200/5	106.05
Жаркое по-домашнему	200	240.55
Напиток из шиповника	180	72.37
Хлеб ржаной	52.08	105.85
Хлеб пшеничный	25	68.77
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток/молоко кипяченое	180	110.66
Пирожок, печеный из сдобного теста с картофельным фаршем	70	210.85
УЖИН		
Яйцо отварное	40	63.47
Горошек зеленый консервированный	60	39.23
отварной		
Чай с лимоном	180	42.28
Хлеб пшеничный	25	58.60

Итого калорийность: 1726.29 Ккал.