

20 Марта 2024г.

МенюМБДОУ
№ 95

Д/с

Наименование блюд	Выход блюд	
	Вес, гр.	Калор, кк.
ЗАВТРАК		
Суп молочный с рисовой крупой	200	195.82
Кофейный напиток с молоком	180	110.65
Бутерброд с маслом	30/6	119.38
Яйцо отварное	40	63.47
2-ой завтрак		
Сок	100	53.88
Фрукты свежие	100	43.28
ОБЕД		
Салат из свеклы с соленым огурцом	60	66.73
Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	200	177.69
Плов с курицей	150/60	357.00
Напиток из шиповника	180	77.91
Хлеб ржаной	50	99.39
ПОЛДНИК		
Кисломолочный напиток/молоко кипяченое	180	140.51
Коржик молочный	70	205.45
УЖИН		
Суп-уха из рыбных консервов	200	166.08
Конфеты шоколадные	23	100.22
Хлеб пшеничный	50	119.59
Чай без сахара	200	0.08

Итого калорийность: 2097.13 Ккал.