

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с №150

О.С. Богданова

МЕНЮ Среда



ТК	Наименование блюда	Масса порции			Калорийность порции		
		ясли	сад	ОВЗ	ясли	сад	ОВЗ
ЗАВТРАК							
230	Каша пшеничная молочная	150	190	190	134	172	172
64	Бутерброд с маслом, сыром	30	35	35	115	121	121
465	Кофейный напиток	170	180	180	84	88	88
всего		350	405	405	333	381	381
2-ОЙ ЗАВТРАК							
82	Фрукты свежие	100	100	100	47	47	47
всего		100	100	100	47	47	47
ОБЕД							
117	Суп овощной со сметаной и мясом	150	180	180	63,4	78,3	78,3
375	Плов из отварной птицы	150	170	170	291	330	330
14	Салат из свежих огурцов с луком	30	50	50	21	34,5	34,5
573	Хлеб пшеничный	25	30	30	60	67,2	67,2
574	Хлеб бородинский	20	25	25	58,75	70,5	70,5
479	Кисель витаминизированный для детей "Витошка".	150	180	180	67,5	81	81
всего		525	635	635	561,65	661,5	661,5
ПОЛДНИК							
530	Ватрушка с творогом	60	70	70	144	148	148
469	Молоко кипяченое	150	180	180	91	96,3	96,3
всего		210	250	250	235	244,3	244,3
УЖИН							
328	Жаркое по домашнему	190	215	215	259	292	292
573	Хлеб пшеничный	20	25	25	58	65	65
574	Хлеб бородинский	20	30	30	58,75	61,6	61,6
459	Чай с лимоном	170	180	180	34	36	36
всего		400	450	450	409,75	454,6	454,6
ИТОГО		1585	1840	1840	1586,4	1788,4	1788,4