

Утверждаю:  
и.о. заведующего МБДОУ № 317  
Н.А. Юдина

# МЕНЮ

1 неделя. Среда  
19 октября 2022 года



	ЗАВТРАК	Выход порций			
		ясли	ккал	сад	ккал
	Каша «Дружба»	150	100,1	180	124
	Хлеб пшеничный	30	73	40	97
	Масло сливочное (порциями)	5	37	5	37
	Сыр полутвердый (порциями)	9	33	13	47
	Кофейный напиток с молоком	180	77	200	87
	<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК: Фрукты</b>	100	95	100	95
	<b>итого за завтрак</b>		<b>415</b>		<b>487</b>
	<b>ОБЕД</b>				
	Суп картофельный с макаронами	150	76	200	102
	Бифштекс рубленый паровой	60	119	80	156
	Каша гречневая рассыпчатая	110	164	130	183
	Икра свекольная	40	36	60	54
	Хлеб ржаной	40	97	50	121
Компот из сухофруктов	150	49	180	58	
	<b>итого за обед</b>		<b>541</b>		<b>674</b>
	<b>ПОЛДНИК</b>				
	Булочка «Дорожная»	60	150,8	70	196
	Кефир	150	79	180	95
	<b>итого за полдник</b>		<b>230</b>		<b>291</b>
	<b>УЖИН</b>				
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	60	166	80	184
	Картофель отварной с маслом	110	115	130	138
	Овощи отварные	40	24	60	40
	Хлеб пшеничный	25	61	30	73
Чай с сахаром	180	24	200	28	
	<b>итого за ужин</b>		<b>390</b>		<b>463</b>
	<b>ВТОРОЙ УЖИН ( для детей с 24 -х часовым пребыванием)</b>				
	Кондитерское изделие			60	217
	Кефир			100	53
	<b>второй ужин</b>				<b>279</b>
	<b>итого за день</b>		<b>1576</b>		<b>2185</b>