

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

# МЕНЮ

2 неделя. Понедельник  
10 октября 2022 года



	ЗАВТРАК	Выход порций			
		ясли	ккал	сад	ккал
	Омлет натуральный	100	92	120	108
	Икра кабачковая (т.о.)	40	39	50	49
	Хлеб пшеничный	30	73	40	97
	Масло сливочное (порциями)	5	37	5	37
	Сыр полутвердый (порциями)	9	33	13	47
	Чай с сахаром	180	24	200	28
	<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК: Сок</b>	150	80	160	91
	<b>итого за завтрак</b>		<b>378</b>		<b>457</b>
	<b>ОБЕД</b>				
	Суп картофельный с бобовыми	150	96	200	131
	Птица в соусе с томатом	60	97	80	105
	Макароны отварные	110	172	130	195
	Овощи отварные	40	24	60	40
	Хлеб бородинский	40	97	50	121
	Компот из сухофруктов	150	49	180	58
<b>итого за обед</b>		<b>535</b>		<b>650</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>				
	Сдоба обыкновенная	60	151	70	190
	Кефир	150	80	180	95
<b>итого за полдник</b>		<b>231</b>		<b>285</b>	
	<b>УЖИН</b>				
	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес»	150	180	200	200
	Хлеб пшеничный	30	73	40	97
	Фрукты свежие	95	49	100	52
	Молоко кипяченое	150	78	180	94
<b>итого за ужин</b>		<b>380</b>		<b>443</b>	
<b>итого за день</b>		<b>1524</b>		<b>1835</b>	