

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

МЕНЮ

2 неделя. Среда
12 октября 2022 года



| | ЗАВТРАК | Выход порций | | | |
|-------------------------|---|--------------|------------|-------------|------------|
| | | ясли | ккал | сад | ккал |
| | Суп молочный с крупой | 150 | 103 | 200 | 124 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 48 | 30 | 73 |
| | Масло сливочное | 5 | 37 | 5 | 37 |
| | Сыр полутвердый (порциями) | 8 | 29 | 10 | 36 |
| | Какао с молоком | 180 | 74 | 200 | 84 |
| | ВТОРОЙ ЗАВТРАК: Сок | 150 | 80 | 160 | 90 |
| | итого за завтрак | | 371 | | 444 |
| | ОБЕД | | | | |
| | Суп картофельный с крупой | 150 | 107 | 200 | 129 |
| | Кнели говяжьи с рисом | 60 | 195 | 80 | 218 |
| | Капуста тушеная | 110 | 78 | 130 | 97 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 97 | 50 | 121 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 49 | 180 | 58 |
| итого за обед | | 526 | | 623 | |
| | ПОЛДНИК | | | | |
| | Фрукты свежие | 95 | 90 | 100 | 95 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 48 | 30 | 73 |
| | Кефир | 150 | 80 | 180 | 95 |
| итого за полдник | | 218 | | 263 | |
| | УЖИН | | | | |
| | Рыба отварная | 60 | 106 | 80 | 124 |
| | Картофель, запеченный в сметанном соусе | 110 | 168 | 130 | 198 |
| | Икра морковная | 40 | 34 | 60 | 50 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 48 | 20 | 48 |
| | Чай с сахаром | 180 | 24 | 200 | 28 |
| итого за ужин | | 274 | | 448 | |
| итого за день | | 1389 | | 1778 | |