

Утверждаю зав. МБДОУ №238

Л.А.Лапочкина

11.04.2023г.

Меню МБДОУ зима-весна

| Выход (г) | Наименование блюда | Эн.цен(Ккал) |
|--------------|-------------------------------------|-----------------------|
| | Завтрак | |
| 150/200 | Суп молочный с крупой пшениной | Ккал-165/210 |
| 180/200 | Чай с сахаром | Ккал-24/28 |
| 30/40 | Хлеб пшеничный | Ккал-73/97 |
| 5 | Масло сливочное порц. | Ккал-37 |
| | Итого за завтрак | Ккал-299/372 |
| | Завтрак2 | |
| 150/155 | Сок яблочный | Ккал-80/88 |
| | Итого за завтрак2 | Ккал-80/88 |
| | Обед | |
| 150/200 | Щи из свежей капусты с картофелем | Ккал-82/93 |
| 60/80 | Суфле из печени | Ккал-159/193 |
| 110/130 | Пюре картофельное | Ккал-112/129 |
| 40/60 | Свекла отварная | Ккал-27/45 |
| 150/180 | Компот из смеси сухофруктов | Ккал-48/64 |
| 40/46 | Хлеб ржаной | Ккал-97/111 |
| | Итого за обед | Ккал-525/635 |
| | Полдник | |
| 150/183 | Кефир | Ккал-79/96 |
| 20/50 | Печенье | Ккал-123/208 |
| | Итого за уплотненный полдник | Ккал-202/304 |
| | Ужин | |
| 130/150 | Вареники ленивые с соусом сметанным | Ккал-187/224 |
| 95/100 | Яблоко | Ккал-49/52 |
| 180/200 | Кофейный напиток с молоком | Ккал-65/87 |
| 30/40 | Хлеб пшеничный | Ккал-73/97 |
| | Итого за ужин | Ккал-374/460 |
| | Итого | Ккал-1480/1859 |