

Утверждаю зав. МБДОУ №238

Л.А.Лапочкина

28.02.2023г.

Меню МБДОУ зима-весна

Выход (г)	Наименование блюда	Эн.цен(Ккал)
	<b>Завтрак</b>	
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
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>Ккал-299/372</b>
	<b>Завтрак2</b>	
150/160	Сок яблочный	Ккал-80/91
	<b>Итого за завтрак2</b>	<b>Ккал-80/91</b>
	<b>Обед</b>	
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
150/200	Компот из смеси сухофруктов	Ккал-48/64
40/49	Хлеб ржаной	Ккал-97/119
	<b>Итого за обед</b>	<b>Ккал-525/643</b>
	<b>Полдник</b>	
150/183	Кефир	Ккал-79/96
20/50	Печенье	Ккал-123/209
	<b>Итого за уплотненный полдник</b>	<b>Ккал-202/305</b>
	<b>Ужин</b>	
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
20/28	Хлеб пшеничный	Ккал-48/68
	<b>Итого за ужин</b>	<b>Ккал-349/431</b>
	<b>Итого</b>	<b>Ккал-1455/1842</b>