МБДОУ № 24

«27» октября 2021 г.

Меню корпус 1 (Детсад № 24 лето-осень)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
200	Каша молочная геркулесовая	ККал- 228
30	Хлеб пшеничн	ККал- 66
5	Слив. масло	ККал- 37
200	Какао на молоке	ККал- 145
	Итого за Завтрак	ККал- 476
	Завтрак 2	
	Яблоко св - 100	ККал- 50
	Итого за Завтрак 2	ККал-
	Обед	
200	Суп гороховый на см. м.	ККал- 149
65	Рыба тушеная	ККал- 181
100	Картофр. пюре	ККал- 99
30/20	Хлеб ржан пшен	ККал- 66/30
50	Салат из св. капусты	ККал- 53
200	Компот из сухф.	ККал- 109
	Итого за Обед	ККал- 687
	Полдник	
140	Пудинг творожный со смет	ККал- 375
200	Чай с сахаром	ККал- 58
30	Хлеб пшеничн	ККал- 44
	Итого за Полдник	ККал- 477
	Ужин	
	Кефир	ККал- 76
	Ватрушка	ККал- 89
		ККал-
		ККал-
	Итого за Ужин	ККал- 169
	Итого за	ККал- 1858

Заведующий _____ *Алферова Е.Г.*