24.03.2022 (Д/с №24 зима-весна, 2чт)

Меню корпус 1 (Д/с №24 зима-весна)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
199	***Каша гречневая молочная***	ККал-239
30	***Хлеб пшеничный в/с***	ККал-66
5	***Масло сливочное порционное***	ККал-37
14	***Сыр порционный***	ККал-50
208	***Какао с молоком***	ККал-150
	Итого за Завтрак	ККал-542
	Завтрак 2	
104	***Сок***	ККал-52
	Итого за Завтрак 2	ККал-52
	Обед	
258	***Суп картофельный с клёцками***	ККал-74
140	***Плов из птицы***	ККал-292
50	***Свекла отварная рубленая***	ККал-20
30	***Хлеб пшеничный в/с***	ККал-66
21	***Хлеб ржаной***	ККал-21
200	***Компот из смеси сухофруктов***	ККал-109
	Итого за Обед	ККал-582
	Полдник	
85	***Рыба, тушеная в томате с овощами (филе)***	ККал-105
100	***Пюре из гороха***	ККал-338
20	***Хлеб пшеничный в/с***	ККал-44
31	***Хлеб ржаной***	ККал-31
200	***Чай с сахаром***	ККал-58
	Итого за Полдник	ККал-576
	Ужин	
145	***Кефир***	ККал-73
70	***Ватрушка с повидлом***	ККал-341
	Итого за Ужин	ККал-414
	Итого за день	ККал-2 166

Заведующий _____ Алферова Елена Геннадьевна

МБДОУ № 24