

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующий МБДОУ №22

Л.В. Чернышева

Меню на 10 июня

Завтрак	Выход порций до 3 лет	Ккал	Выход порций от 3 до 7 лет	Ккал
Каша манная	130	145,1	150	165,7
Хлеб пшеничный	30	75,0	40	94,0
Сыр порциями	10	334,3	13	55,5
Какао с молоком	180	111,50	200	125,7
Второй завтрак				
Сок фруктовый	200	105,2	200	105,2
Обед				
Салат из отварной свеклы с чесноком	40	42,21	60	63,32
Суп «Харчо»	180	140,38	200	155,98
Капуста тушеная с мясом	160	76,20	200	155,19
Компот из яблок свежих с лимоном	180	51,9	200	59,9
Хлеб ржаной	35	70,70	45	90,9
Уплотненный полдник				
Нарезка из свежего огурца	40	5,6	60	8,4
Макароны отварные с маслом сливочным	110	149,00	130	176,0
Котлета рыбная с соусом сметанным	80/30	167,5	80/30	167,5
Чай с ягодами сладкий	180	35,3	200	39,2
Хлеб пшеничный	35	82,25	45	105,75