

На 20 Январь 2022г.

МЕНЮ

«УТВЕРЖДАЮ»

и.о. Заведующего

МБДОУ № 33

Зейналова Ф.Г.

3-7			Время приема пищи
	выход	ккал	
Завтрак			8.00-9.00
Каша молочная овсяная	200	188.44	
Бутерброд с маслом и сыром	65	230.63	
Какао с молоком	200	86.43	
Завтрак 2			10.30-11.00
Яблоки порционные	100	52.17	
Обед			12.00-13.00
Суп картофельный с пшеном	200	76.48	
Плов с мясом	169	335.42	
Салат из квашеной капусты с луком	41	27.28	
Хлеб ржаной	49	120.13	
Компот из сушеных фруктов	180	54.97	
Полдник			15.30
Картофель отварной с маслом	98	105.02	
Сельдь с луком с раст. масл.	77	138.25	
Свекла отварная	91	40.02	
Яйцо отварное	40	53.38	
Хлеб пшеничный	40	97.82	
Чай с лимоном	200	28.04	
Ужин			18.30
Вафли порционные	40	75.60	
Сок фруктовый	200	92.00	
		1802.08	