

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ ДСОВ №1



Е.М. Мужняк

Дата 13.03.2023 Меню	Масса порций	Калорийность
<b>Завтрак</b>		
Каша рисовая молочная	200	253
Кофейный напиток на молоке	200	87
Бутерброд с маслом	40	146
<b>Завтрак II</b>		
Напиток из плодов шиповника	100	55
<b>Обед</b>		
Салат из горошка зеленого консервированного	30	40,5
Щи из свежей капусты с картофелем	200	73
Печень по-строгановски	65	184
Каша гречневая рассыпчатая	150	224
Компот из сушеных яблок	200	89
Хлеб ржаной	40	85
<b>Полдник</b>		
Печенье	50	143
Молоко кипяченое	200	108
<b>Ужин</b>		
Суп из рыбной консервы	200	192
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	30	64
<b>Итого калорий в день</b>		1768,5