

Утверждено
Заведующая МБДОУ ДСОВ №1

Е.М.Нужняк

Дата 30.01.2023 МЕНЮ	Масса порций	Калорийность
Завтрак		
Макароны отварные с тертым сыром	140/18	261
Яйцо отварное	40	63
Кофейный напиток на молоке	200	87
Бутерброд с маслом	40	146
Завтрак II		
Напиток из плодов шиповника	100	55
Обед		
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 пшеничный	40	85
Полдник		
Пряники пром. производства	60	190
Молоко кипяченое	200	108
Ужин		
Суп из рыбной консервы	200	192
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	30	64
Итого калорий в день		1886,5