

Утверждаю  
Заведующая МБДОУ ДСОВ №1



Е.М.Нужняк

Меню Дата: 31.01.2023	Масса порций	Калорийность
<b>Завтрак</b>		
Запеканка из творога	150	431
Соус сметанный	30	16
Какао с молоком	200	100
Бутерброд с сыром	50	131
<b>Завтрак II</b>		
Напиток лимонный	100	36
<b>Обед</b>		
Огурец соленый	30	6,5
Свекольник	200	159
Котлеты рыбные	75	168
Картофельное пюре	130	119
Соус томатный	30	22
Компот из смеси сухофруктов	200	89
Хлеб пшеничный	40	85
<b>Полдник</b>		
Плюшка "Новомосковская"	70	204
Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстр.	200	76
<b>Ужин</b>		
Каша молочная овсяная "Геркулес"	200	264
Чай с сахаром	200	38
Хлеб пшеничный	30	64
<b>Итого калорий в день</b>		2009