

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДСОВ №1

Е.М.Нужняк

Дата 26.01.2023 МЕНЮ	Масса порций	Калорийность
Завтрак		
Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	200	264
Чай с сахаром	200	25
Бутерброд с маслом и сыром	40	131,6
Завтрак II		
Напиток из плодов шиповника	100	36
Обед		
Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	153
Рыба, запеченная с морковью	120	209
Картофель отварной с маслом	150	179
Компот из смеси сухофруктов	200	89
Хлеб ржаной	40	85
Полдник		
Булочка домашняя	70	245
Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстр.	200	76
Ужин		
Рагу овощное с мясом	220	124
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	30	64
Итого калорий в день		1705,6