

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) |
| **Завтрак:** |  |  |
| Суп молочный манный | 200 | 131,8 |
| Бутерброд с сыром | 40/12 | 148,33 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 101,11 |
|  |  | 381,24 |
| **ИТОГО за завтрак** |  |  |
| **2 завтрак:** |  |  |
| Фрукты (яблоко) | 100 | 44 |
|  |  |  |
| **ИТОГО за 2 завтрак** |  | **44** |
| **Обед:** |  |  |
| Салат из кукурузы (консервированной) | 60 | 59,58 |
| Борщ с капустой и картофелем на м/б | 200 | 80 |
| Картофельное пюре | 150 | 137,25 |
| Рыба, тушенная с овощами | 80 | 74 |
| Хлеб ржаной | 40 | 76 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 87,88 |
| **ИТОГО за обед** |  |  |
| **Полдник** |  | **514,71** |
| Сырники из творога | 200 | 304,2 |
| со сгущенным молоком | 20 | 66 |
| Кисель | 180 | 80,46 |
| **ИТОГО за полдник** |  | **450,66** |
| **ВСЕГО за день** |  | **1390,6** |

**МЕНЮ**

**дошкольников**

**На 20.11. 2024г**