

МЕНЮ

20 25

10	Завтрак	Диета	если	Ккал	сод	Ккал
1.	Каша геркулесовая жидкая на молоке	Каша геркулесовая жидкая без молока	150/3	143,91	200/4	191,88
2.	Кофейный напиток на молоке	Чай с сахаром	150	78,742	200	104,54
3.	Батон с маслом	Батон	30/3,5	102,335	40/5	138,65
10.00	Фрукт (Банан, Яблоко)		100	44,0	100	44,0
	Обед	Диета				
1.	Салат из свежих помидоров		40	37,067	60	55,95
2.	Суп Крестьянский на курином бульоне со сметаной		150/6	85,823	200/8	114,498
3.	Котлета куриная	Котлета куриная без молока	60	122,32	70	154,53
4.	Картофельное пюре	Картофельное пюре без молока	120	114,017	130	123,32
5.	Соус сметано-томатный		25	15,414	30	19,018
6.	Компот из сухофруктов		150	64,5	200	86
7.	Хлеб ржаной		20	33	30	49,5
8.	Хлеб пшеничный		20	48,4	20	48,4
	Полдник	Диета				
1.	Пряник		40	145,6	50	182,0
2.	Чай на молоке	Чай с сахаром	150	76,25	200	101,86
	Ужин	Диета				
1.	Рагу из овощей		120	100,566	130	111,8
2.	Чай с сахаром		150	29,85	200	39,8
3.	Хлеб ржаной		10	16,5	20	33
	Хлеб пшеничный		20	48,4	20	48,4
	ИТОГО:			1258,294		1598,746

Заведующий МАДОУ № 38

Шкурагова С.В.

