

МЕНЮ
«05» 06 20 25 г.

4	Завтрак	Диета	ясти	Ккал	сод	Ккал
1.	Каша ячневая жидкая на молоке	Каша ячневая жидкая без молока	150/3	140,07	200/4	181,36
2.	Какао на молоке	Чай с сахаром	150	91,314	200	120,98
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 капусты с зеленым горошком		40	44,485	60	66,44
2.	Суп Рыбный (из консервов)		150	86,471	200	118,275
3.	Жаркое по-домашнему из филе курицы		180	214,336	200	241,59
4.	Компот из сухофруктов		150	64,5	200	86,0
5.	Хлеб ржаной		20	33	30	49,5
6.	Хлеб пшеничный		20	48,4	20	48,4
7.						
8.						
	Полдник	Диета				
1.	Булочка Ванильная		50	171,808	60	210,691
2.	Ряженка	Чай с сахаром	150	81,0	180	97,2
	Ужин	Диета				
1.	Макароны с сыром	Макароны отварные	130	93,0	150	107,935
2.	Чай с сахаром		150	29,85	200	39,8
3.	Хлеб ржаной		10	16,5	20	33,0
4.	Хлеб пшеничный		20	48,4	20	48,4
	ИТОГО:			1389,469		1632,221

Заведующий МАДОУ № 38



Штуратова С.В.