

МЕНЮ дошкольной группы
МБОУ МО Плавский район «ЦО №3» на «22» января 2024 год

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций(гр)
ЗАВТРАК	Каша "Дружба" молочная/рис+пшено	200
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	25/.7/.11
	Чай	200
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
	Сок фруктовый	150
ОБЕД		
	Салат из свежих огурцов и помидоров	60
	Суп гречневый с говядиной	250
	Тефтели куриные	80
	Макароны отварные	130
	Компот из смеси сухофруктов	200
	Хлеб ржаной	20
ПОЛДНИК		
	Блины со сгущенным молоком	5
	Чай	200

1а

Калорийность порции (ккал)
201.00
185.7
53.06
96.75
47.5
170.00
150.50
229.76
96.76
37.8
306.00
53.06
1777.19