

## МЕНЮ дошкольной группы

МБОУ МО Плавский район «ЦО №3» на «01» февраля 2024 года

| Приём пищи            | Наименование блюда             | Масса порций(гр) | Калорийность порции (ккал) |
|-----------------------|--------------------------------|------------------|----------------------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>        | Каша пшеничная<br>молочная     | 200              | 224.90                     |
|                       | Хлеб пшеничный с<br>маслом     | 25/7.            | 139.7                      |
|                       | Чай                            | 200              | 53.06                      |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b> |                                |                  |                            |
|                       | Сок фруктовый                  | 150              | 96.75                      |
| <b>ОБЕД</b>           |                                |                  |                            |
|                       | Яйцо вареное                   | 60               | 63.0                       |
|                       | Суп картофельный с<br>курицей  | 200              | 107.50                     |
|                       | Макароны отварные              | 130              | 128.92                     |
|                       | Гуляш из говядины              | 80               | 125.00                     |
|                       | Компот из смеси<br>сухофруктов | 200              | 96.76                      |
|                       | Хлеб ржаной                    | 20               | 37.8                       |
| <b>ПОЛДНИК</b>        |                                |                  |                            |
|                       | Пряник                         | 30               | 111.90                     |
|                       | Кисель                         | 200              | 49.60                      |
|                       |                                |                  | 1234.89                    |