

## МЕНЮ дошкольной группы

МБОУ МО Плавский район «ЦО №3» на «03» ноября 2023 года

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций(гр)	Калорийность порции (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>	Макароны с сыром	130/15.	198.00
	Хлеб пшеничный с маслом	25/7.	139.7
	Чай	200	53.06
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>			
	Груша	100	138.00
<b>ОБЕД</b>			
	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	84.0
	Суп гороховый на курином бульоне	200	185.80
	Котлета куриная	80	155.40
	Рис отварной	130	199.72
	Компот из смеси сухофруктов	200	96.76
	Хлеб ржаной	20	37.8
<b>ПОЛДНИК</b>			
	Печенье	35	127.80
	Молоко	200	97.20
			1513.24