

## МЕНЮ дошкольной группы

МБОУ МО Плавский район «ЦО №3» на «07» мая 2024 года

| Приём пищи            | Наименование блюда             | Масса порций(гр) | Калорийность порции (ккал) |
|-----------------------|--------------------------------|------------------|----------------------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>        | Каша рисовая молочная          | 200              | 222.80                     |
|                       | Хлеб пшеничный с маслом        | 25/7.            | 139.1                      |
|                       | Чай                            | 200              | 53.06                      |
| <b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b> |                                |                  |                            |
|                       | Сок фруктовый                  | 150              | 96.75                      |
| <b>ОБЕД</b>           |                                |                  |                            |
|                       | Салат из свежих огурцов        | 60               | 52.0                       |
|                       | Свекольник на говяжьем бульоне | 200              | 87.78                      |
|                       | Рыбная котлета                 | 80               | 165.27                     |
|                       | Гречневая каша                 | 130              | 343.20                     |
|                       | Компот из смеси сухофруктов    | 200              | 96.76                      |
|                       | Хлеб ржаной                    | 20               | 37.8                       |
| <b>ПОЛДНИК</b>        |                                |                  |                            |
|                       | Печенье                        | 35               | 127.80                     |
|                       | Йогурт                         | 200              | 144.00                     |
|                       |                                |                  | 1566.32                    |