

МЕНЮ дошкольной группы

МБОУ МО Плавский район «ЦО №3» на «09» апреля 2024 года

| Приём пищи | Наименование блюда | Масса порций(гр) | Калорийность порции (ккал) |
|-----------------------|--------------------------------|------------------|----------------------------|
| ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная | 200 | 222.80 |
| | Хлеб пшеничный с маслом | 25/7. | 139.1 |
| | Чай | 200 | 53.06 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | |
| | Сок фруктовый | 150 | 96.75 |
| ОБЕД | | | |
| | 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 |
| ПОЛДНИК | | | |
| | Печенье | 35 | 127.80 |
| | Йогурт | 200 | 144.00 |
| | | | 1566.32 |