

МЕНЮ дошкольной группы

МБОУ МО Плавский район «ЦО №3» на «19» января 2024 года

| Приём пищи | Наименование блюда | Масса порций(гр) | Калорийность порции (ккал) |
|-----------------------|-------------------------------------|------------------|----------------------------|
| ЗАВТРАК | Макароны с сыром | 130/15. | 198.00 |
| | Хлеб пшеничный с маслом | 25/7. | 139.7 |
| | Чай | 200 | 53.06 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | |
| | Груша | 100 | 138.00 |
| ОБЕД | | | |
| | 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 |
| ПОЛДНИК | | | |
| | Печенье | 35 | 127.80 |
| | Молоко | 200 | 97.20 |
| | | | 1513.24 |