

МЕНЮ дошкольной группы

МБОУ МО Плавский район «ЦО №3» на «20» октября 2023 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