

МЕНЮ дошкольной группы

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

| Приём пищи | Наименование блюда | Масса порций(гр) | Калорийность порции (ккал) |
|-----------------------|------------------------------------|------------------|----------------------------|
| ЗАВТРАК | Лапша молочная | 200 | 187.04 |
| | Хлеб пшеничный с маслом | 25./.7 | 139.1 |
| | Чай | 200 | 53.06 |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | |
| | Яблоко | 100 | 88.00 |
| ОБЕД | | | |
| | Салат из свеклы с зеленым горошком | 60 | 61.8 |
| | Суп рисовый на курином бульоне | 200 | 90.90 |
| | Биточки куриные | 80 | 306.38 |
| | Овощное рагу | 130 | 122.20 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 96.76 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 37.8 |
| ПОЛДНИК | | | |
| | Вафли | 30 | 106.25 |
| | Какао на молоке | 200 | 181.38 |
| | | | 1470.67 |