

МЕНЮ дошкольной группы

МБОУ МО Плавский район «ЦО №3» на «22» ноября 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