

## МЕНЮ дошкольной группы

МБОУ МО Плавский район «ЦО №3» на «25» октября 2023 года

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций(гр)	Калорийность порции (ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>	Лапша молочная	200	187.04
	Хлеб пшеничный с маслом	25./.7	139.1
	Чай	200	53.06
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>			
	Яблоко	100	88.00
<b>ОБЕД</b>			
	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
<b>ПОЛДНИК</b>			
	Вафли	30	106.25
	Какао на молоке	200	181.38
			1470.67