



МБДОУ д/с «Орлёнок» г. Зернограда				
Меню на «30» ЯНВАРЯ_2024г.				
Название блюда	Масса порций		Энер. цен-сть	
	1-3 лет	3-7 лет	1-3 лет	3-7 лет
Завтрак:				
1. Каша пшеничная сладкая	120	150	108,2	270,5
3. Хлеб с маслом	30/3	30/5	93,87	139
3. Чай с сахаром	150	200	39,8	53,06
итого за завтрак			241,87	462,56
Обед:				
1. Борщ со сметаной	180	250	52,5	70
2. Рыба тушенная в том/соусе	70	80	55	74
3. Каша перловая	120	150	108,4	270,9
4. Компот из сухофруктов	150	180	72,57	96,76
5. Хлеб I сорт	50	50	58,6	93,76
6. Хлеб ржаной	40	40	72,84	78,24
итого за обед			419,91	683,66
Полдник:				
1. Какао	150	180	135,9	181,18
2. Кондитерские изделия	20	20	125,1	125,1
итого за полдник			261	306,28
итого за день			922,8	1452,5
Завхоз <i>Останкова</i> Останкова Л.П.				