



УТВЕРЖДЕНО

Заведующий МБДОУ №254

Волощенко Т.Н.

МЕНЮ

на 28 сентября 2021 г

День: вторник (Неделя: вторая)

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л
ЗАВТРАК	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л
Рыба припущенная	60	80	55,00	74,00
Пюре картофельное	110	120	117,60	128,36
Чай с сахаром	150	180	42,00	50,40
хлеб пшеничный	25	25	91,30	91,30
Масло сливочное	5	5		
ИТОГО:	350	410	305,9	344,06
2-й завтрак яблоко свежее	100	100	47	47
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
ОБЕД	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л
Борщ украинский	150	180	71,30	85,60
Плов из отварной говядины	130	180	271,90	376,58
Икра овощная	20	40	16,30	32,75
Компот из сухофруктов	150	180	85,40	102,40
Хлеб ржаной	10	25	18,10	45,25
Хлеб пшеничный	15	25	35,00	58,33
ИТОГО:	475	630	498,00	700,91
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
Полдник	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л
Молоко	150	190	84,39	135,30
Пирожок с повидлом	50	60	141,40	169,30
ИТОГО:	200	250	225,79	304,60
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)		Энергетическая ценность (ккал)	
УЖИН	1,5-3 г	3-7 л	1,5-3 г	3-7 л
Каша пшенная молочная	180	200	170,30	204,40
Кофейный напиток с молоком	170	180	100,80	106,80
Хлеб ржаной	15	25	27,15	45,25
Хлеб пшеничный	25	30	58,33	70,00
Сыр Российский	10	15	34,60	51,00
ИТОГО:	400	450	391,18	477,45
ИТОГО за целый день:	1525	1840	1467,87	1874,02