

Утверждаю

заведующий ДОУ
Перевозчикова И.В.Меню на 20 января 2022г.

Наименование блюда	Выход	ккал
Завтрак		
Каша молочная вязкая ячневая	200	162
Какао с молоком	180	107
Бутерброд с сыром	50	138
2ой завтрак		
Банан	200	84,4
Обед		
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	67,8
Каша перловая с маслом	180	212,4
Рыба, тушенная с овощами	80	84
Компот из сухофруктов	180	102,6
Хлеб ржаной	40	69
Хлеб пшеничный	30	71
Уплотненный полдник		
Пудинг из творога со сгущенным молоком	220	320,6
Кисель из свежих ягод	180	94,68
Хлеб ржаной	40	69
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1655	1591,32

Утверждаю

заведующий ДОУ
Перевозчикова И.В.Меню на 21 января 2022г.

Наименование блюда	Выход	ккал
Завтрак		
Каша молочная жидкая манная	210	151,2
Кофейный напиток с молоком	180	91
Бутерброд с маслом сливочным	40	129
2ой завтрак		
Бифидфрут «Дашенька»	200	196
Обед		
Суп картофельный с крупой	200	73,8
Мясо, тушенное с овощами	220	296
Компот из сухофруктов	180	102,6
Хлеб ржаной	40	69
Хлеб пшеничный	30	71
Уплотненный полдник		
Ватрушка с творогом	100	288,4
Чай с сахаром	180	40
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1580	1507,9