

Муниципальное автономное дошкольное учреждение №214  
Заведующий *С.С. Сидорова* Омельченко М.Ф.

7 июня 2022г. Д/с  
«Центр развития ребенка  
детский сад»

# Меню

| Наименование блюд                       | Выход блюд |            |
|---|------------|------------|
|   | Вес, гр.   | Калор, кк. |
| <b>ЗАВТРАК</b>                          |            |            |
| .Запеканка из творога                   | 200        | 515.80     |
| .Молоко кипяченое                       | 200        | 117.58     |
| .Хлеб пшеничный (порционнo)             | 10         | 23.44      |
| .Хлеб ржано-пшеничный (порционнo)       | 10         | 19.48      |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                         |            |            |
| .Сок фруктовый (овощной) в ассортименте | 200        | 39.57      |
| <b>ОБЕД</b>                             |            |            |
| .Маринад овощной с томатом              | 50         | 88.15      |
| .Борщ с капустой и картофелем           | 200        | 119.01     |
| .Фрикадельки из говядины паровые        | 70         | 256.28     |
| .Соус томатный                          | 30         | 18.18      |
| .Картофельное пюре                      | 150        | 149.80     |
| Компот из яблок с лимоном               | 200        | 74.04      |
| .Хлеб пшеничный (порционнo)             | 30         | 80.63      |
| .Хлеб ржано-пшеничный (порционнo)       | 10         | 19.48      |
| <b>ПОЛДНИК</b>                          |            |            |
| .Булочка молочная                       | 65         | 224.03     |
| .Снежок                                 | 200        | 183.24     |
| <b>УЖИН</b>                             |            |            |
| .Тефтели рыбные                         | 70         | 170.16     |
| .Капуста тушеная                        | 130        | 143.03     |
| .Чай черный байховый с сахаром          | 180        | 25.27      |
| .Фрукты свежие (яблоко)                 | 110        | 53.22      |
| .Хлеб пшеничный (порционнo)             | 20         | 46.88      |
| .Хлеб ржано-пшеничный (порционнo)       | 30         | 64.07      |

Итого калорийность: 2431.34 Ккал.