

МБДОУ Д/С № 29 «ИСКОРКА»

УТВЕРЖДАЮ



Ионовалова И.К./

Меню на 28.10.2021г.

БЛЮДА

п\№		Выход	Ккал
	----- ЗАВТРАК -----		
1	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	180/200	279,7
2	БАТОН С МАСЛОМ	45/50	234
3	КАКАО НА МОЛОКЕ	180/200	128,4
	----- 2й ЗАВТРАК -----		
1	10 ЧАС ЙОГУРТ	110/130	106,5
	----- ОБЕД -----		
1	СУП СВЕКОЛЬНИК НА М/Б СО СМЕТАНОЙ	200/250	187,5
2	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ И КУКУРУЗОЙ	180/200	298
3	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКИ, ПОМИДОР СВЕЖИЙ	180/200	38
4	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45/50	121
	----- ПОЛДНИК -----		
1	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ В ОМЛЕТЕ	85/85	384
2	ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С САХАРОМ	180/200	58,6
3	КОНФЕТА		
	----- УЖИН ЛОГОПЕДИЧЕСКАЯ ГРУППА -----		
1	СОК 0,2	200	85
2	ФРУКТ		

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!