



# МЕНЮ

на « 13 » 07 2021 год

МДОУ Тисульский детский сад №2 «Лукоморье»

| Завтрак:                           | Выход блюда      |                  | Калорийность блюда |        |
|------------------------------------|------------------|------------------|--------------------|--------|
| каша пшеничная                     | 150              | 180              | 178,5              | 214,17 |
| чай с сахаром                      | 160              | 180              | 38,93              | 43,8   |
| хлеб пшеч. с маслом                | 355              | 355              | 130,06             | 130,06 |
|                                    |                  |                  |                    |        |
| Второй завтрак:                    | Выход блюда      |                  | Калорийность блюда |        |
| фрукт                              | 100              | 100              |                    |        |
| (в ассортименте)                   |                  |                  |                    |        |
| Обед:                              | Выход блюда      |                  | Калорийность блюда |        |
| супчик свежий                      | 20               | 20               | 2,8                | 2,8    |
| суп махматовский                   | 130              | 180              | 57,81              | 80,0   |
| тефтели из говяд. с соусом томатн. | 60 <sup>20</sup> | 60 <sup>20</sup> | 92,14              | 92,14  |
| макаронн. отварная                 | 70               | 120              | 91,35              | 156,6  |
| кисель плод. яблочн.               | 130              | 180              | 40,3               | 55,8   |
| хлеб рж. пшеничн.                  | 40               | 40               | 96,8               | 96,8   |
| Уплотненный полдник:               | Выход блюда      |                  | Калорийность блюда |        |
| свекольник                         | 150              | 180              | 65,85              | 79,02  |
| хлеб пшеничн.                      | 40               | 40               | 96,8               | 96,8   |
| молочн. питьевей                   | 150              | 180              | 82,6               | 140,7  |
| твороженики песочные               | 50               | 50               | 119,28             | 119,28 |