



# МЕНЮ

на « 19 » 07 20 21 год

МДОУ Тисульский детский сад №2 «Лукоморье»

Завтрак:	Выход		Калорийность	
	блюда		блюда	
каша пшеничная	150	150	178,5	214,17
чай с сахаром	160	180	38,93	43,8
хлеб пшенич. с повид	355	355	97,6	97,6
Второй завтрак:	Выход		Калорийность	
	блюда		блюда	
сок фруктовый	100	100	48,0	48,0
Обед:	Выход		Калорийность	
	блюда		блюда	
супеш. зел. консе. отв	20	20	11,0	11,0
борщ из капусты и картофеля	130	150	56,33	65,0
гуляш из говядины	60	80	123,6	164,8
каша гречневая	70	130	122,71	227,93
компот из слив + яблок	130	180	59,8	82,78
хлеб пшеничный	40	40	96,8	96,8
Уплотненный полдник:	Выход		Калорийность	
	блюда		блюда	
суп - уха	150	180	84,6	101,52
хлеб пшеничный	40	40	96,8	96,8
напиток из шиповника	150	180	73,0	90,0
яблоко свежее	50	50	23,5	23,5