



# МЕНЮ

на «21» 06 2021 год

МДОУ Тисульский детский сад №2 «Лукоморье»

Завтрак:	Выход блюда		Калорийность блюда	
каша геркулесовая	150	180	151,8	182,9
чай с сахаром	160	180	38,93	43,8
хлеб пшенич. с повидл	355	355	97,6	97,6
Второй завтрак:	Выход блюда		Калорийность блюда	
сок фруктовый	100	100	48,0	48,0
Обед:	Выход блюда		Калорийность блюда	
горошек зел. консерв	20	20	2,8	2,8
баранина из кап. и карт.	130	150	5633	650
картофель из говядины	60	80	123,8	164,8
каша гречневая	70	130	122,71	227,95
картофель из супа	130	180	59,8	82,78
хлеб пшеничный	40	40	96,8	96,8
Уплотненный полдник:	Выход блюда		Калорийность блюда	
суп-уха	150	180	84,6	101,52
хлеб пшеничный	40	40	96,8	96,8
напиток из шипов.	150	180	73,0	90,0
яблоко свежее	50	50	23,5	23,5