



МЕНЮ

на « 13 » 04 2021 год

МДОУ Тисульский детский сад №2 «Лукоморье»

Завтрак:	Выход		Калорийность	
	блюда		блюда	
каша греческая	180	200	182,1	202,32
чай с сахаром	150	180	36,5	43,8
хлеб пшенич. с маслом	305	305	113,8	113,8
Второй завтрак:	Выход		Калорийность	
	блюда		блюда	
фрукт	50	50	47,5	47,5
Обед:	Выход		Калорийность	
	блюда		блюда	
огурец свежий	20	20	2,8	2,8
суп шахтёрский	150	180	66,7	80
Фарш из гов. с	70 ²⁰	70 ²⁰	107,5	107,5
соус. томатным			11,2	11,2
макарона отварная	100	120	130,5	156,6
Кисель плод. ягодн.	150	180	46,5	55,8
хлеб пше. пшеничн.	40	40	82,4	82,4
Уплотненный полдник:	Выход		Калорийность	
	блюда		блюда	
свекольник	150	180	65,85	79,02
хлеб пшеничный	30	30	72,6	72,6
йогурт питьевой	150	180	117,0	140,4
творожки песочн.	70	70	160,0	160,0