



МЕНЮ

на «09» 07 2021 год

МДОУ Тисульский детский сад №2 «Лукоморье»

Завтрак:	Выход блюда		Калорийность блюда	
каша кукурузная	150	180	178,47	214,2
какао с медом	160	180	123,14	138,52
хлеб пш. с маслом	355	355	130,06	130,06
Второй завтрак:	Выход блюда		Калорийность блюда	
йогурт "Снежок"	100	100	55,1	55,1
Обед:	Выход блюда		Калорийность блюда	
маринад из свеклы	20	20	23,2	23,2
суп сборный	130	180	36,05	49,91
котлета из говядины	60	60	119,25	119,25
с соус томатн.			11,2	11,2
макароны отварн.	70	120	91,35	156,6
компот из с/фр + вишн	130	180	59,8	82,78
хлеб пшеничный	40	40		
Уплотненный полдник:	Выход блюда		Калорийность блюда	
салат из овощей	140	170	67,39	81,85
хлеб пшеничный	40	40	96,8	96,8
сок фруктовый	150	180	48,0	72,0
пирог со свеклой и яблоками.	60	60	162,0	162,0