



# МЕНЮ

на «23» 04 2021 год

МДОУ Тисульский детский сад №2 «Лукоморье»

| Завтрак:                   | Выход<br>блюда  |                 | Калорийность<br>блюда |        |
|----------------------------|-----------------|-----------------|-----------------------|--------|
| каша кукурузная            | 180             | 200             | 214,7                 | 238,0  |
| какао с молоком            | 150             | 180             | 115,44                | 138,52 |
| хлеб пш. с масл.           | 30 <sup>5</sup> | 30 <sup>5</sup> | 113,8                 | 113,8  |
|                            |                 |                 |                       |        |
| Второй завтрак:            | Выход<br>блюда  |                 | Калорийность<br>блюда |        |
| йогурт питьев.             | 150             | 180             | 117,0                 | 140,4  |
|                            |                 |                 |                       |        |
| Обед:                      | Выход<br>блюда  |                 | Калорийность<br>блюда |        |
| маринад из свеклы          | 20              | 20              | 23,2                  | 23,2   |
| суп шахтерский             | 150             | 180             | 66,7                  | 80,0   |
| рагу из птицы              | 150             | 180             | 157,38                | 188,86 |
| котлет из с/р              | 150             | 180             | 69,0                  | 82,78  |
| хлеб пшеничный             | 30              | 30              | 72,6                  | 72,6   |
|                            |                 |                 |                       |        |
| Уплотненный полдник:       | Выход<br>блюда  |                 | Калорийность<br>блюда |        |
| суп - уха                  | 150             | 180             | 84,6                  | 101,52 |
| хлеб пшеничный             | 30              | 30              | 72,6                  | 72,6   |
| сок ореховый               | 150             | 180             | 72,0                  | 86,4   |
| жиром со свет.<br>яблоками | 70              | 70              | 202,64                | 202,64 |