



«Детский сад № 49» г.о. Самара
О.В. Серебрякова

МЕНЮ ПОНЕДЕЛЬНИК (1 неделя)

12.10.2022

Стоимость: 210,90

Ответственный: *cat*

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, гр	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая	200\5\5	170
	Какао с молоком	200	109
	Бутерброд с маслом	40/10	151
	итого за завтрак	460	430
2 завтрак	сок/ фрукт	100	47
Обед	Салат из горошка зеленого консервированного	50	42
	Суп картофельный с мучными клёцками на курином бульоне	200/20	135
	Зелень	5	2
	Рыба, запеченная под молочным соусом с гарниром	200	209
	Компот из сухофруктов	180	42
	Хлеб ржаной и пшеничный	40/50	94/79
	итого за обед	745	603
Полдник	Макароны отварные с овощами	200	217
	Яйцо	40	57
	Чай с сахаром	200	37
	Печенье	50	104
	Яблоко	80	35
	Итого за уплотненный полдник	570	450
Итого за первый день		1875	1531