



МК ДОУ " Детский сад № 137"

Заведующая

Утверждаю:

Будко Е.Ю



## Меню

6 декабря 2023г.

Наименование блюд	Вес, гр. / Калор, Ккал.	
	Ясли	Д/с
<b>ЗАВТРАК</b>		
*Омлет натуральный (150/200	150/141	200/181
**Кофейный напиток с молоком	150/109	200/109
Хлеб пшеничный*	30/69	40/92
<b>10 ЧАСОВ</b>		
**Сок фруктовый 150/200	150/69	200/93
<b>ОБЕД</b>		
*Салат из белокочанной капусты с морковью	40/56	60/83
*Суп картофельный с макаронными изделиями, с птицей	150/5/91	200/10/133
*Поджарка из рыбы	60/20/174	80/25/225
* Рис с томатом и овощами	120/170	150/209
**Компот из сухофруктов	150/114	200/144
Хлеб ржаной	40/80	50/100
<b>ПОЛДНИК</b>		
**Пирожки печеные с картофелем, луком	40/224	50/141
Варенец	150/75	180/94
<b>УЖИН</b>		
*Каша пшеничная молочная	150/141	200/176
* Чай полусладкий с молоком	150/39	200/53
Хлеб пшеничный*	30/69	40/92

Сформировано 11:55 05.12.23

**Итого калорийность: 1621.60 1926.43**