

Утверждаю:  Зав. ДОУ №9 Степанова С.В.**МЕНЮ**

От : 12.07.2021 года (11 день)

Завтрак

Сад Сад Ясли Ясли

	Вес	Ккал	Вес	Ккал
Каша пшенная	220	240,9	170	180,2
Сыр	10	37,1	8	29,7
Чай	200	61,5	160	49,9
Хлеб пшеничный	50	125	30	75

Второй завтрак

	Вес	Ккал	Вес	Ккал
Сок	190	81,7	160	68,8

Обед

	Вес	Ккал	Вес	Ккал
Салат из зеленого горошка	60	33,4	40	25,4
Борщ со сметаной	250	163,4	200	128,4
Тефтели рыбные в томатном соусе	70	129,5	70	129,5
Макароны	130	201,4	110	170,6
Отвар шиповника	200	103,2	150	78,4
Хлеб ржаной	47	93,5	38	75,6

Уплотнённый полдник

	Вес	Ккал	Вес	Ккал
Плов	160	240,9	120	179,7
Пирожок с капустой	70	179,3	50	139
Ряженка	190	110,4	180	104,4
Хлеб пшеничный	20	50	20	50