

**Меню**  
 МБДОУ №7 «ЯГОДКА»  
 пгт Смоляниново



УТВЕРЖДАЮ  
 Г.Н. Бакпшева  
 «26» сентября 2024г

Прием пищи	Выход в гр.	Энерг. цен. ккал.	Сад	
			Выход в гр.	Энерг. цен. ккал.
<b>Завтрак</b>				
Каша овсяная Геркулес	150/4	198	200/5	264
Кофейный напиток с молоком	150	72	200	96
Бутерброд с маслом и сыром	20	146,3	30	200,8
<b>Второй завтрак</b>				
Шиповник	150	83	200	111
<b>Обед</b>				
Огурец солёный порц.	30	1,2	50	2,2
Борщ "ДВ" на курице и сметане	150	197,5	200	254,4
Картофель отварной	110	103,4	130	117,5
Тефтели рыбные	50	214,1	70	236,9
Компот из сухофруктов	150	30,9	200	38,4
Хлеб: пшеничный,	20	87,1	30	130,6
Ржаной	30	37,4	30	47,7
<b>Полдник</b>				
Ленивые вареники из творога	120/3	238	70	150/4
Печенье "Зоологическое"	10	40,7	12	48,8
Чай с сахаром	150	45,75	200	61
<b>Итого</b>		<b>1495,4</b>		<b>1759,3</b>