



"СИБИРЯЧОК"

МЕНЮ на 25.04.2024

Утверждаю: *[Signature]* Заведующий д/с
Н.Ю.СВИНАРЕНКО

		БМД	БМД
Рацион		Выход	Калорийность
Завтрак	Чай черный с сахаром	148 г	19,54
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40 г	63,00
	БАТОН	30 г	49,50
	Каша вязкая кукурузная на воде с растительным маслом - БМД	150 г	201,60
Итого за ЗАВТРАК		368 г	333,64
Завтрак 2	Апельсин свежий	129 г	56,76
Итого за ЗАВТРАК 2		129 г	56,76
Обед	Маринад овощной с томатом	40 г	56,76
	Плов из отварной птицы - БМД	190 г	369,14
	Хлеб пшеничный	40 г	93,20
	Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне - БМД	200 г	117,40
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОЯГОДНОГО	157 г	113,04
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	54 г	115,02
Итого за ОБЕД		681 г	864,56
Полдник	Булочка "Веснушка"	57 г	179,55
	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА и кишмиш	179 г	116,95
Итого за ПОЛДНИК		236 г	296,50
Ужин	ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ	149 г	20,26
	Хлеб пшеничный(20)	20 г	46,60
	Рыба (горбуша), запеченная с овощами (с картошкой) - БМД	234 г	229,13
Итого за УЖИН		403 г	295,99
Итого за день		1817 г	1847,45