



МЕНЮ
воспитанников МОУ «Прудитинский ЦО им. И.М. Панкова»
структурное подразделение «Прудитинский детский сад»

9 день Понедельник, 2 неделя		
Название блюда	Масса	Калорийность
ЗАВТРАК		
Омлет натуральный	150	225,5
Зеленый горошек	60	22,1
Чай с молоком и сахаром	200	50,9
Масло сливочное	10	66,1
Хлеб пшеничный	40	93,8
Хлеб ржаной	20	34,2
Итого	480	492,6
2-ой ЗАВТРАК		
Сок фруктовый	100	32
ОБЕД		
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	70,4
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	187
Каша перловая рассыпчатая	150	185,6
Гуляш с мясом	80	81
Компот из смеси сухофруктов	200	93,8
Хлеб пшеничный	40	68,4
Итого	730	686,2
ПОЛДНИК		
Кофейный напиток	200	86
Пудинг из творога с яблоками	120	200,2
Итого	320	286,2
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		
	1630	1497