



МЕНЮ

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

4 день Четверг, 1 неделя		
Название блюда	Масса	Калорийность
ЗАВТРАК		
Винегрет с растительным маслом	150	167,7
Яйцо вареное	44	56,6
Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
Масло сливочное	10	66,1
Хлеб пшеничный	40	93,8
Хлеб ржаной	20	34,2
Итого	464	446,3
2-ой ЗАВТРАК		
Яблоко	100	44,4
ОБЕД		
Огурец свежий в нарезке	60	8,5
Суп крестьянский с гречневой крупой	200	116,8
Плов с курицей	150	236
Компот из свежих яблок	200	81
Хлеб пшеничный	40	93,8
Хлеб ржаной	40	68,4
Итого	690	604,5
ПОЛДНИК		
Ватрушка из творога	75	278,6
Ацидолакт	180	90
Итого	255	368,6
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1509	1463,8