



МЕНЮ
 воспитанников МОУ «Прудищинский ЦО им. И.М. Панкова»
 структурное подразделение «Прудищинский 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 молоком и сахаром	200	50,9
Масло сливочное	10	66,1
Хлеб пшеничный	40	93,8
Хлеб ржаной	20	34,2
Итого	464	469,3
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 смеси сухофруктов	200	81
Хлеб пшеничный	40	93,8
Хлеб ржаной	40	68,4
Итого	690	604,5
ПОЛДНИК		
Ватрушка из творога	75	278,6
Кофейный напиток с молоком	200	86
Итого	275	364,6
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1529	1482,8