

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 09.11.2021



Наименование блюда	Ранний возраст с 2 до 3 лет		Дошкольный возраст с 3 до 8 лет	
	масса порции (гр)	калорий- ность порции (Ккал)	масса порции (гр)	калорий- ность порции (Ккал)
<b>ЗАВТРАК</b>				
Кисель витаминизированный	-	-	50	18,5
Омлет натуральный	100	161,41	110	179,35
Икра кабачковая	30	35,70	39	47,6
Какао на молоке	150	107,6	180	115,2
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
<b>II ЗАВТРАК</b>				
<b>ОБЕД</b>				
Соленый огурец	68	8,42	72	9,45
Свекольник со сметаной	180	69,8	200	77,6
Тефтели паровые	60	121,91	83	169,32
Сложный гарнир	120	98,34	170	140,49
Компот из яблок	150	69,1	180	86,4
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	38	70,0
<b>ПОЛДНИК</b>				
Запеканка из творога	70	197,98	82	220,39
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Ряженка	120	72,0	120	72,0

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова