

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 10.01.2022



Наименование блюда	Ранний возраст с 2 до 3 лет		Дошкольный возраст с 3 до 8 лет	
	масса порции (гр)	калорийность порции (Ккал)	масса порции (гр)	калорийность порции (Ккал)
ЗАВТРАК				
Кисель витаминизированный	-	-	50	18,5
Бутерброд с м/сл	20	67,5	25	84,4
Макарон. изд. отв. сладкие	100	137,5	100	137,5
Чай сладкий	150	60,51	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
Соленый огурец	68	8,42	70	10,53
Суп с бобовыми	180	77,7	200	86,4
Плов из отварной говяд.	150	262,9	180	296,8
Компот из с/ф	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	38	62,3
ПОЛДНИК				
Соленый помидор	66	16,2	68	17,0
Пюре картофельное	80	74,0	100	92,0
Кофе на молоке	150	56,8	180	71,1
Хлеб пшеничный	15	51,8	20	47,0

Старшая медсестра _____

И.В. Кузнецова