

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова



Меню на 19.01.2022

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
Бутерброд с м/сл	20	67,5	25	84,4
Суп мол. вермишелевый	180	131,0	-	-
Макарон. изд. с сыром	-	-	100	137,5
½ яйца вареного	20	31,0	20	31,0
Какао с молоком	150	107,6	180	115,2
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
<b>II ЗАВТРАК</b>				
Сок	150	69,0	150	69,0
<b>ОБЕД</b>				
Соленый огурец	68	8,42	76	10,53
Щи из св.капусты	180	57,9	200	66,4
Бефстроганов из отв.гов.	80	209,12	80	209,12
Каша гречневая	80	135,0	100	168,7
Компот из с/ф	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	39	70,0
<b>ПОЛДНИК</b>				
Плюшка	80	248,71	80	248,71
Ряженка	160	72,0	185	92,0
Яблоки	133	62,51	133	62,51

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова