



Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 24.01.2022

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)
ЗАВТРАК				
Кисель витаминизированный	-	-	50	18,5
Бутерброд с м/сл	20	67,5	25	84,4
Суп мол. рисовый	180	119,0	200	122,6
Чай сладкий	150	45,0	180	54,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
Соленый огурец	75	8,42	85	10,53
Борщ из св.капусты	180	68,4	200	76,0
Мясо отварное	50	135,84	60	169,80
Пюре картофельное	80	74,0	100	92,0
Компот из яблок	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	35	70,0
ПОЛДНИК				
Запеканка из творога	74	197,98	97	220,39
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Ряженка	195	92,0	205	100,0

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова