

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 26.01.2022

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/слив.	20	67,5	25	84,4
Суп мол Геркулес	180	119,0	-	-
Каша Геркулес	-	-	200	287,4
Чай сладкий	150	45,0	180	54,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
II ЗАВТРАК				
Яблоко	133	62,51	135	62,51
ОБЕД				
Соленый огурец	68	8,42	70	9,1
Суп с вермишелью	180	80,0	200	89,0
Бифштекс паровой	40	115,87	50	144,84
Соус сметанный	20	41,51	30	69,18
Картофель отварной	80	76,0	100	95,0
Кисель из сока	150	110,0	180	130,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	40	94,0
Хлеб ржаной	30	51,8	38	70,0
ПОЛДНИК				
Пудинг из творога	80	224,4	100	278,64
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Йогурт	150	129,9	180	156,6

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова