

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 14.02.2022

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
Омлет натуральный	100	161,41	110	179,35
Икра кабачковая	30	35,70	40	47,6
Чай на молоке	150	60,51	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
<b>II ЗАВТРАК</b>				
Сок	145	69,0	145	69,0
<b>ОБЕД</b>				
Соленый огурец	68	8,42	68	8,42
Свекольник со смет.	180	69,8	200	77,6
Тефтели паровые	60	121,91	83	169,32
Сложный гарнир	120	98,34	170	140,49
Компот из с/ф	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	110	220,39
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Ряженка	200	90,0	210	94,0

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова