

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 16.03.2022

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				
½ яйца вареного	20	31,0	20	31,0
Суп мол.вермишелевый	180	131	200	146
Чай сладкий	150	60,51	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Пряник	25	90,7	25	90,7
II ЗАВТРАК				
Молоко кипяченое	150	79,1	170	95,4
ОБЕД				
Икра свекольная	60	55,23	80	75,6
Суп крестьянский	180	45,5	200	50,6
Плов из отв. говядины	150	262,9	180	296,8
Компот из яблок	150	69,1	180	86,4
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	42	70,0
ПОЛДНИК				
Сырники запеченные	60	154,47	85	257,46
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Йогурт	140	129,9	140	129,9

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова