

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 28.03.2022

Наименование блюда	Ранний возраст с 2 до 3 лет		Дошкольный возраст с 3 до 8 лет	
	масса порции (гр)	калорийность порции (Ккал)	масса порции (гр)	калорийность порции (Ккал)
ЗАВТРАК				
Кисель витаминизированный	-	-	50	18,5
Макарон. изд. отварные	100	137,5	100	137,5
яйцо вареное	40	62,0	40	62,0
Чай сладкий	150	60,51	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Пряник	25	90,7	29	100,0
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
Соленый помидор	68	16,0	68	16,0
Суп с фасолью	180	56,3	200	62,6
Птица отварная	70	170,0	70	170,0
Капуста тушеная	100	58,37	165	63,0
Компот из с/ф	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	38	62,3
ПОЛДНИК				
Капуста квашеная	52	27,8	60	40,3
Рыба отварная	70	55,0	85	63,2
Пюре картофельное	80	74,0	100	92,0
Кофе на молоке	150	56,8	180	71,1
Хлеб пшеничный	15	51,8	20	47,0

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова