



Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 13.05.2022

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
Суп мол. вермишелевый	180	131,0	200	146,0
½ яйца вареного	20	31,0	20	31,0
Чай с молоком	150	60,51	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Печенье	30	125,1	39	131,1
II ЗАВТРАК				
Яблоки	135	62,51	135	62,51
ОБЕД				
Помидор соленый	55	16,0	58	16,8
Суп с бобовыми	180	77,7	200	86,4
Рыба тушеная в смет. соусе	80	110,28	100	129,28
Пюре картофельное	80	74,0	100	92,0
Компот из с/ф	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	40	62,3
ПОЛДНИК				
Пудинг из творога	80	224,4	85	235,1
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Ряженка	130	72,0	135	78,0

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова