

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 14.07.2022

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
Бутерброд с м/сл	20	67,5	25	84,4
Суп мол.вермишелевый	180	131,0	-	-
Макарон. изд.отв.с сыром	-	-	100	137,5
Яйца вареные	40	62,0	40	62,0
Какао с молоком	150	107,6	180	115,2
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
<b>ПЗАВТРАК</b>				
Сок	150		150	
<b>ОБЕД</b>				
Свежий помидор	75	12,8	122	13,8
Щи из св.капусты	180	45,5	200	50,6
Биточки из птицы	60	132,0	70	132,0
Соус сметанный	30	46,12	30	46,12
Каша гречневая	80	135,0	100	168,7
Компот из с/ф	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	39	70,0
<b>ПОЛДНИК</b>				
Булочка	50	220,71	80	248,71
Ряженка	180	72,0	16	92,0

Старшая медсестра

И.В. Стародубцева