

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 11.07.2022

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)
ЗАВТРАК				
Кисель витаминизированный	-	-	50	18,5
Омлет натуральный	100	161,41	110	179,35
Икра кабачковая	40	28,7	42	35,7
Чай на молоке	150	60,51	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Печенье	25	120,1	33	132,2
II ЗАВТРАК				
Сок	136		136	
ОБЕД				
Свежий огурец	66	8,42	80	10,42
Свекольник со смет.	180	69,8	200	77,6
Птица отварная	70	170,0	80	180,0
Сложный гарнир	120	74,0	170	92,0
Компот изс/ф	150	69,1	180	86,4
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	42	70,0
ПОЛДНИК				
Запеканка из творога	80	197,98	100	220,39
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Ряженка	150	72,0	184	92,0

Старшая медсестра

И.В. Стародубцева