

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 19.07.2022



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
Бутерброд с м/сл и сыром	31	104,05	33	115,62
Суп мол.гречневый	180	119,0	200	131,8
Какао на молоке	150	107,6	180	129,6
Хлеб пшеничный	15	35,25	15	35,25
ПЗАВТРАК				
Ряженка	152	90,0	182	100,0
ОБЕД				
Свежий помидор	68	16,2	82	16,2
Рассольник ленинградский	180	87,3	200	89,0
Биточки рыбные	70	78,6	80	90,4
Капуста тушеная	100	62,37	150	103,95
Компот из сухофруктов	150	118,0	180	140,2
Хлеб пшеничный	15	35,25	16	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	33	70,0
ПОЛДНИК				
Запеканка из творога	70	197,98	97	273,0
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Чай сладкий	150	60,51	180	72,9

Старшая медсестра

И.В. Стародубцева