

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 05.09.2022

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	35	28,7	38	35,7
Чай на молоке	150	60,51	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Печенье	25	120,1	30	132,2
II ЗАВТРАК				
Яблоко	110	62,0	110	62,0
ОБЕД				
Свежий огурец	50	8,42	53	8,42
Свекольник со смет.	180	69,8	200	77,6
Тефтели паровые	60	121,91	85	169,32
Сложный гарнир	100	98,34	150	140,49
Компот из с/ф	150	69,1	180	86,4
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	38	70,0
ПОЛДНИК				
Запеканка из творога	70	197,98	90	220,39
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Ряженка	150	72,0	160	92,0

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова