



Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 13.09.2022

| 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 |
| Бутерброд с м/сл и сыром | 31 | 104,05 | 32 | 104,05 |
| Суп мол.гречневый | 180 | 119,0 | 200 | 131,8 |
| Какао на молоке | 150 | 107,6 | 180 | 129,6 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 35,25 | 20 | 47,0 |
| II ЗАВТРАК | | | | |
| Ряженка | 155 | 90,0 | 170 | 95,0 |
| ОБЕД | | | | |
| Свежий помидор | 75 | 16,2 | 80 | 16,2 |
| Рассольник ленинградский | 180 | 87,3 | 200 | 89,0 |
| Биточки рыбные | 70 | 78,6 | 80 | 90,4 |
| Капуста тушеная | 110 | 62,37 | 165 | 103,95 |
| Компот из с/ф | 150 | 118,0 | 180 | 140,2 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 35,25 | 20 | 47,0 |
| Хлеб ржаной | 30 | 51,8 | 40 | 70,0 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| Запеканка из творога | 70 | 197,98 | 95 | 273,0 |
| Соус молочный | 20 | 26,1 | 20 | 26,1 |
| Чай сладкий | 150 | 60,51 | 180 | 72,9 |

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова