

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова



Меню на 19.10.2022

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
Яйца вареные	40	62,0	40	62,0
Суп мол.вермишелевый	180	131,0	200	146
Чай с молоком	150	64,9	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Вафли	40	132,2	43	132,2
<b>ПЗАВТРАК</b>				
Молоко кипяченое	150	79,1	180	95,4
<b>ОБЕД</b>				
Икра свекольная	60	55,2	80	75,6
Суп крестьянский	180	81,0	200	90,0
Плов из отв.говядины	150	262,9	180	316,8
Компот из с/ф	150	69,1	180	86,4
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	43	70,0
<b>ПОЛДНИК</b>				
Сырники запеченные	60	154,47	95	257,46
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Йогурт	180	156,6	180	156,6

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова