



Утверждаю
Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 30.11.2022

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
½ яйца вареного	20	31,0	20	31,0
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
Печенье	35	132,2	40	132,2
II ЗАВТРАК				
Молоко кипяченое	145	79,1	145	79,1
ОБЕД				
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	40	70,0
ПОЛДНИК				
Сырники запеченные	60	154,47	90	257,46
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Йогурт	135	156,6	135	156,6

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова