



Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 21.11.2022

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
Икра кабачковая	38	50,6	40	50,6
Омлет натур.	100	161,49	110	179,35
Чай сладкий	150	45,0	180	54,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Вафли	35	98,7	40	98,7
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
Огурец соленый	70	8,42	80	10,53
Борщ из св.капусты	180	68,4	200	76,0
Мясо отварное	50	135,84	60	169,8
Пюре картофельное	80	74,0	100	92,0
Компот из яблок	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	35	70,0
ПОЛДНИК				
Икра свекольная	40	55,2	60	72,2
Макаронник с печенью	90	152,48	110	170,82
Кофе на молоке	150	56,8	180	115,2
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0

Старшая медсестра И.В. Кузнецова И.В. Кузнецова