

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Г.И. Авилова



Меню на 30.01.2023

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/слив.	20	67,5	25	84,4
Суп мол. Геркулес	180	119,0	200	287,4
Чай сладкий	150	45,0	180	54,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
II ЗАВТРАК				
Яблоко	135	62,51	135	62,51
ОБЕД				
Огурец соленый	60	10,42	60	10,42
Суп с вермишелью	180	80,0	200	89,0
Бифштекс паровой	40	115,87	50	115,87
Соус сметанный	20	41,51	30	41,51
Картофель отварной	80	76,0	100	95,0
Кисель из сока	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	40	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	36	70,0
ПОЛДНИК				
Пудинг из творога	80	224,4	885	235,1
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Ряженка	135	72,0	135	72,0

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова