

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 01.03.2023



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
Омлет натуральный	80	161,49	80	161,49
Зеленый горошек	50	174,62	50	174,62
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	55	8,42	55	8,42
Суп с фасолью	180	56,3	200	62,6
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 яблок	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	40	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	37	70,0
ПОЛДНИК				
Пудинг из творога	80	224,4	80	224,4
Соус молочный	20	26,1	20	26,1
Йогурт	128	111,36	128	111,36

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова