

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 16.03.2023

Наименование блюда	Ранний возраст с 2 до 3 лет		Дошкольный возраст с 3 до 8 лет	
	масса порции (гр)	калорийность порции (Ккал)	масса порции (гр)	калорийность порции (Ккал)
ЗАВТРАК				
Кисель витаминизированный	-	-	50	18,5
Суп мол.вермишелевый	180	131,0	200	155,0
½ яйца вареного	20	31,0	20	31,0
Чай с молоком	150	60,51	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Вафли	30	132,2	35	132,2
II ЗАВТРАК				
Сок	140	69,0	140	69,0
ОБЕД				
Капуста квашеная	52	27,8	55	27,8
Суп с фасолью	180	56,3	200	62,6
Плов из отв.птицы	131	307,66	165	450,89
Компот из с/ф	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	35	62,3
ПОЛДНИК				
Соленый огурец	55	13,2	58	13,2
Рыба отварная	70	55,0	80	63,5
Пюре картофельное	80	74,0	100	92,0
Кофе на молоке	150	56,8	180	71,1
Хлеб пшеничный	15	51,8	20	47,0

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова