

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова



Меню на 20.03.2023

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/сл и сыром	31	104,05	33	104,05
Суп мол.рисовый	180	119,0	-	-
Каша рисовая	-	-	200	279,4
Кофе на молоке	150	56,8	180	115,2
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
II ЗАВТРАК				
ОБЕД				
Зеленый горошек	50	174,62	60	181,62
Рассольник	180	78,8	200	87,6
Фрикадельки рыбные	70	75,2	80	86,4
Картофель отварной	80	76,0	100	95,0
Кисель из сока	150	82,0	180	99,0
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Хлеб ржаной	30	51,8	37	70,0
ПОЛДНИК				
Рагу овощное	100	85,6	100	85,6
Хлеб пшеничный	15	35,25	20	47,0
Булочка	50	155,3	80	310,59
Чай сладкий	150	45,0	180	54,0

Старшая медсестра

И.В. Кузнецова