

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 16

Е.И. Авилова

Меню на 12.10.2023



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	110,2	35	110,2
II ЗАВТРАК				
Сок	160	62,0	160	62,0
ОБЕД				
Капуста квашеная	52	12,8	60	12,8
Суп картофельный	180	56,3	200	62,6
Плов из отв.птицы	130	307,66	180	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 помидор	60	12,8	65	12,8
Рыба отварная	70	55,0	80	63,5
Пюре картофельное	80	74,0	100	92,0
Чай сладкий	150	60,51	180	72,9
Хлеб пшеничный	15	51,8	20	47,0

Старшая медсестра Кузнецова И.В. Кузнецова