

МЕНЮ
на « 03 » февраля 2023 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

| завтрак | | | | | |
|----------------|------------------------------------|-----------------|-------------|------------------|-------------|
| | | ясли | | сад | |
| | | выход | ккал | выход | ккал |
| 1 | Бутерброд с маслом, сыром | 11/5/6,5 | 79 | 15/5/10,5 | 105 |
| 2 | Каша рисовая молочная | 146/4 | 149 | 175/5 | 179 |
| 3 | Кофейный напиток на молоке | 150 | 74 | 180 | 89 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 10 | 20 | 10 | 20 |
| Второй завтрак | | | | | |
| | Яблоко | 80 | 36 | 85 | 38 |
| Обед | | | | | |
| 1 | Салат из кваш. капусты | 40 | 32 | 60 | 48 |
| 2 | Борщ со сметанной, мясом | 150/8/1 | 89 | 200/8/2 | 120 |
| | | 5 | | 0 | |
| 3 | Печень по строгановски, карт. пюре | 85/130 | 124/ 130 | 110/15 | 152/ 150 |
| 4 | Сок | 143 | 55 | 178 | 70 |
| 5 | Хлеб ржаной, пшеничный | 30/10 | 52/20 | 37,5/15 | 64/29 |
| Полдник | | | | | |
| 1 | Омлет /яйцо | 60 | 120 | 1 шт | 63 |
| 2 | Булочка творожная | 50 | 147 | 60 | 176 |
| 3 | Снежок | 150 | 88 | 184 | 100 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 10 | 20 | 18 | 28 |
| | | | | | |
| | | | | | |

Зав. ДОУ № 14

А. И. Крутицкий

Калькул.

И. И. Черобина

Повар

В. И. Балакирев