

**МЕНЮ**  
на « 04 » марта 2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

завтрак					
		если		сад	
		выход	ккал	выход	ккал
1	Бутерброд с маслом, сыром	11/5/6,5	79	15/5/10,5	105
2	Каша рисовая молочная	150	149	180	179
3	Кофейный напиток на молоке	150	74	180	89
4	Хлеб пшеничный	10	20	10	20
Второй завтрак					
	Яблоко	80	36	89	38
Обед					
1	Салат из кваш. капусты	40	32	60	48
2	Борщ с мясом и сметанной	150/8	89	200/8	120
3	Печень по строгановски, карт. пюре	60/130	124/ 130	75/150	152/ 150
4	Сок	153	59	180	71
5	Хлеб ржаной, пшеничный	30/10	52/20	35/15	61/20
Полдник					
1	Омлет /яйцо	60	120	1 шт	63
2	Булочка творожная	50	147	60	176
3	Йогурт	150	88	187	105
4	Хлеб пшеничный	10	20	15	29

Зав. ДОУ № 14

Калькул.

Повар

*И.А. Волнушкина*

*Зарубова М.А.*

*Минускина М.С.*