

**МЕНЮ**  
на « 04 » мая 2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

завтрак					
		ясли		сад	
		выход	ккал	выход	ккал
1	Бутерброд с маслом	15	55	20	80
2	Каша пшеничная молочная	150	152	180	182
3	Кофейный напиток на молоке	150	74	180	89
4	Хлеб пшеничный	10	20	10	20
Второй завтрак					
	Апельсин	80	36	91	41
Обед					
1	Салат из квашеной капусты	40	32	60	48
2	Борщ со сметаной	150/8	84	200/10	114
3	Запеканка картофельная с печенью, соус сметанный	130/40 15	279 17	150/50 20	328 22
4	Сок фруктовый	144	56	181	71
5	Хлеб ржаной, пшеничный	30/10	20/52	37,5/15	29/69
Полдник					
1	Сырники из творога с джемом	75/10	212	98/24	282
2	Ряженка	150	69	179	82
3	Хлеб пшеничный	15	29	20	39

Зав. ДОУ № 14 А.И. Шумилова  
 Калькул. Евг. Егорова ИА  
 Повар Шуц. Шмелева ИА