

МЕНЮ
на « 07 » июня 2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

| завтрак | | | | | |
|----------------|--|--------|-------|---------|-------|
| | | ясли | | сад | |
| | | выход | ккал | выход | ккал |
| 1 | Бутерброд с маслом | 10/5 | 55 | 15/5 | 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 | | | | | |
| | Банан | 85 | 81 | 85 | 81 |
| Обед | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы | 40 | 29 | 60 | 43 |
| 2 | Суп с клецками на кур. бульоне | 150 | 61 | 200 | 81 |
| 3 | Картофель тушен. с цыпленком | 130/40 | 338 | 150/43 | 394 |
| 4 | Компот из сух.фруктов | 150 | 85 | 180 | 102 |
| 5 | Хлеб ржаной, пшеничный | 30/10 | 20/52 | 37,5/15 | 29/65 |
| Полдник | | | | | |
| 1 | Салат из соленых огурцов/из свежих огурцов | 40 | 24 | 64 | 43 |
| 2 | Яйцо | 1 шт | 63 | 1 шт | 63 |
| 3 | Чай сладкий с лимоном | 150/8 | 43 | 180/8 | 52 |
| 4 | Булочка российская | 50 | 161 | 60 | 193 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 10 | 20 | 15 | 29 |

Зав.ДОУ № 14 И.А. Кошарова

Калькул. И.А. Кошарова

Повар И.И. Шиндурова