

МЕНЮ
на « 08 » декабря 2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

| завтрак | | | | | |
|----------------|--|--------|--------|---------|---------|
| | | ясли | | сад | |
| | | выход | ккал | выход | ккал |
| 1 | Бутерброд с маслом | 10/5 | 20 | 15/5 | 29 |
| 2 | Каша манная молочная | 150 | 140 | 180 | 179 |
| 3 | Чай с молоком | 150 | 74 | 180 | 89 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 10 | 20 | 10 | 20 |
| Второй завтрак | | | | | |
| | Апельсин | 80 | 34 | 87 | 37 |
| Обед | | | | | |
| 1 | Суп картофельный с макар. На курином бульоне | 150 | 97 | 200 | 129 |
| 2 | Котлета рублен. рагу овощное | 60/130 | 201/92 | 73/150 | 242/106 |
| 3 | Компот из с/фруктов | 150 | 85 | 180 | 102 |
| 4 | Хлеб пшеничный, ржаной | 10/30 | 20/52 | 15/37,5 | 29/69 |
| 5 | | | | | |
| Полдник | | | | | |
| 1 | Рыба запеченная с яйцом | 125 | 107 | 125 | 107 |
| 2 | Чай с сахаром | 150 | 48 | 180 | 58 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 15 | 29 | 20 | 39 |
| 4 | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

Зав. ДОУ № 14

Калькул.

Повар

С. С. Шиндлер
Е. В. Черова И. А.
И. С. Шиндлер И. С.