

МЕНЮ
на « 09 » декабря 2022 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	87	39
Обед					
1	Салат из кваш. капусты	40	32	60	48
2	Борщ со сметанной, мясом	150/8/1 5	89	200/10/ 20	120
3	Печень по строгановски, карт. пюре	85/130	124/ 130	110/15 0	152/ 150
4	Сок	143	55	181	70
5	Хлеб ржаной, пшеничный	30/10	52/20	37,4/15	64/29
Полдник					
1	Омлет /яйцо	60	120	1 шт	63
2	Булочка творожная	50	147	60	176
3	Йогурт	150	88	186	104
4	Хлеб пшеничный	10	20	12	24

Зав. ДОУ № 14 А.И. Минина
 Калькул. И.И. Егорова Н.С.
 Повар В.И. Васильева