

МЕНЮ
на « 11 » марта 2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

завтрак					
		ясли		сад	
		выход	ккал	выход	ккал
1	Бутерброд с маслом, с сыром	11/6,5/5	79	15/7,6/5	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					
	Апельсин	80	36	100	45
Обед					
1	Салат из свеклы	40	29	60	41
2	Щи с мясом и сметанной	150/8	78	200/10	105
3	Пудинг рыбный с картофельным пюре	75/ 130/	115/ 130	75/150	115/ 150
4	Компот из сух. фруктов	150	85	180	102
5	Хлеб ржаной/пшеничный	30/10	58/20	41/15	74/29
Полдник					
1	Запеканка творожная, со сгущенным молоком	75/10	185	108/16	232
2	Снежок	169	99	189	110
3	Хлеб пшеничный	10	20	20	39
4					

Зав. ДОУ № 14

Калькул.

Повар

И. А. Шумилова
Зав. / Зарубин Н. А.
Шумилова И. А.