

МЕНЮ
на « 12 » октября 2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

завтрак					
		ясли		сад	
		выход	кка л	выход	ккал
1	Бутерброд с маслом, сыром	11/6,5/5	79	15/10,5/5	105
2	Вермишель молочная	146/4	87	175/5	105
3	Какао с молоком	150	117	180	140
4	Хлеб пшеничный	10	20	10	20
Второй завтрак					
	груша	80	34	95	40
Обед					
1	Икра кабачковая	40	16	56	22
2	Щи из свежей капусты с сметаной	150/8	82	200/8	111
3	Плов	110/45	34 4	130/50	405
4	Сок яблочный	150	58	181	70
5	Хлеб ржаной, пшеничный	30/10	52/2 0	37,5/15	65/29
Полдник					
1	Пудинг из творога со сгущ.мол	75/10	16 3	100/20	217
2	Йогурт	150	88	187	105
3	Хлеб пшеничный	10	20	20	39
4					

Зав.ДОУ № 14

Калькул.

Повар

И.И.А. Цукерман

Иван / Еврова И.А.

Ольга / Дачакирова М.В.