

МЕНЮ
На « 13 » января 2023 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

завтрак					
		ясли		сад	
		выход	ккал	выход	ккал
1	Бутерброд с маслом, с сыром	11/6,5/5	79	15/10,5/5	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	83	37
Обед					
		40	29	60	43
1	Салат из свеклы	150/8/15	78	200/10/20	105
2	Щи со сметанной и мясом	75/	115/	75/150	115/
3	Пудинг рыбный с картофельным пюре	130/	130		150
4	Компот из сух. фруктов	150	85	180	102
5	Хлеб ржаной/пшеничный	30/10	52/20	38,6/15	68/29
Полдник					
		75/10	185	85/20	252
1	Запеканка творожная, со сгущенным молоком	150	88	167	93
2	Йогурт	10	20	16	23
3	Хлеб пшеничный				
4					

Зав.ДОУ № 14 А.А. Мухоморова

Калькул. Е.А. Чернова И.А.

Повар И.А. Шиселова И.А.