

**МЕНЮ**  
на « 14 » сентября 2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

завтрак					
		ясли		сад	
		выход	ккал	выход	ккал
			л		
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	87	37
Обед					
1	Икра кабачковая	40	16	66	26
2	Щи из свежей капусты с сметаной	150/8	82	200/11,5	111
3	Плов	110/34	34	130/34	405
4	Сок яблочный	150	62	185	72
5	Хлеб ржаной, пшеничный	30/10	52/20	37,5/15	65/29
Полдник					
1	Пудинг из творога со сгущ.мол	75/10	16	5/11	212
2	Йогурт	150	88	171	96
3	Хлеб пшеничный	10	20	20	39
4					

Зав.ДОУ № 14

Калькул.

Повар

*А.И. Усманова*

*И.И. Чернова*

*Д.И. Данилова*