

МЕНЮ
на « 18 » марта 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	150	149	180	179
3	Кофейный напиток на молоке	150	74	180	89
4	Хлеб пшеничный	10	20	10	20
Второй завтрак					
	Яблоко	80	36	92	41
Обед					
1	Салат из кваш. капусты	40	32	60	48
2	Борщ с мясом и сметанной	150/8	89	200/8	120
3	Печень по строгановски, карт. пюре	60/130	124/ 130	75/150	152/ 150
4	Сок	143	56	180	105
5	Хлеб ржаной, пшеничный	30/10	52/20	35/15	61/20
Полдник					
1	Омлет /яйцо	60	120	1 шт	63
2	Булочка творожная	50	147	60	176
3	Йогурт	150	88	187	105
4	Хлеб пшеничный	10	20	10	20

Зав.ДОУ № 14 А.И. Устинова

Калькул. Евф. / Гирова И.А.

Повар Ван / Дамарева