

МЕНЮ
на « 22 » июня 2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

завтрак					
		ясли		сад	
		выход	ккал	выход	ккал
1	Бутерброд с маслом, сыром	11/6,5/5	79	15/11/5	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					
	яблоко	80	34	90	38
Обед					
1	Икра кабачковая	40	16	64	26
2	Щи из свежей капусты с сметаной	150/8	82	200/10,5	111
3	Плов	110	34 4	130	405
4	Сок яблочный	155	68	180	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	96/24	249
2	Йогурт	150	88	175	98
3	Хлеб пшеничный	10	20	20	39
4					

Зав.ДОУ № 14

И.А. Устинова

Калькул.

Иван / Чернова И.А.

Повар

Денис / Далецкий И.М.