МЕНЮ На «_23_»_сентября_2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

завт	рак			
	ясли		сад	
D	выход	ккал	выход	ккал
Бутерброд с маслом, с сыром	11/6,5/5	79	15/10,5/5	105
	146/4	149	175/5	179
Кофейный напиток на молоке	150	74	180	89
Хлеб пшеничный	10	20	10	20
Второй з	завтрак	l		1
апельсин	79	35	80	36
Обе	ед			
Салат из свеклы	40	29	60	41
Щи со сметанной	150/8	78	200/13	105
Пудинг рыбный с	75/	115/		115/
картофельным пюре	130/	130		150
Компот из сух. фруктов	150	85	180	102
Хлеб ржаной/пшеничный	30/10	52/20		67/29
Полд	ник			01129
	75/10	185	102/20	252
сгущенным молоком				
Ряженка	150	69	171	98
Хлеб пшеничный	10			20
	Бутерброд с маслом, с сыром Каша рисовая молочная Кофейный напиток на молоке Хлеб пшеничный Второй запельсин Обо Салат из свеклы Щи со сметанной Пудинг рыбный с картофельным пюре Компот из сух. фруктов Хлеб ржаной/пшеничный Полд Запеканка творожная, со сгущенным молоком Ряженка	Бутерброд с маслом, с сыром 11/6,5/5 Каша рисовая молочная 146/4 Кофейный напиток на молоке 150 Хлеб пшеничный 10 Второй завтрак апельсин 79 Обед Салат из свеклы 40 Щи со сметанной 150/8 Пудинг рыбный с 75/ картофельным пюре 130/ Компот из сух. фруктов 150 Хлеб ржаной/пшеничный 30/10 Полдник Запеканка творожная, со сгущенным молоком Ряженка 150	ясли Бутерброд с маслом, с сыром 11/6,5/5 79 Каша рисовая молочная 146/4 149 Кофейный напиток на молоке 150 74 Хлеб пшеничный 10 20 Второй завтрак апельсин 79 35 Обед Салат из свеклы 40 29 Щи со сметанной 150/8 78 Пудинг рыбный с картофельным пюре 130/ 130 Компот из сух. фруктов 150 85 Хлеб ржаной/пшеничный 30/10 52/20 Полдник Запеканка творожная, со сгущенным молоком 75/10 185 Ряженка 150 69	Бутерброд с маслом, с сыромясли выходккал ккалвыход выходКаша рисовая молочная146/4149175/5Кофейный напиток на молоке15074180Хлеб пшеничный102010Второй завтракапельсин793580Салат из свеклы402960Щи со сметанной150/878200/13Пудинг рыбный с картофельным пюре75/115/75/150картофельным пюре130/130Компот из сух. фруктов15085180Хлеб ржаной/пшеничный30/1052/2043/15ПолдникЗапеканка творожная, со сгущенным молоком75/10185102/20Ряженка15069171

Зав.ДОУ № 14 <u>А Вирова Р</u> Калькул. <u>Виер Вирова Р</u> Повар <u>Шиер Шишулеена и</u>