

# МЕНЮ

на « 23 » ноября 2022 г.

МБДОУ № 14 «Золотая рыбка»

завтрак					
		ясли		сад	
		выход	кка л	выход	ккал
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	96	41
Обед					
1	Икра кабачковая	40	16	60	24
2	Щи из свежей капусты с сметаной с мясом	150/15/8	82	200/20/10	111
3	Плов	110/45	344	130/50	405
4	Сок яблочный	150	58	181	71
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	89/21	217
2	Снежок	150	88	175	98
3	Хлеб пшеничный	10	20	20	39
4					

Зав. ДОУ № 14

*С. А. Цыганова*

Калькул.

*М. А. Горюва*

Повар

*Д. А. Степанов*