

МЕНЮ
на « 23 » декабря 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	146/4	149	175/5	179
3	Кофейный напиток на молоке	150	74	180	89
4	Хлеб пшеничный	10	20	10	20
Второй завтрак					
	Яблоко	80	36	85	54
Обед					
1	Салат из кваш. капусты	40	32	67	54
2	Борщ со сметанной, мясом	150/8/1 5	89	200/10/ 20	120
3	Печень по строгановски, карт. пюре	85/130	124/ 130	110/15 0	152/ 150
4	Сок	143	55	181	70
5	Хлеб ржаной, пшеничный	30/10	52/20	32/15	64/29
Полдник					
1	Омлет /яйцо	60	120	1 шт	63
2	Булочка творожная	50	147	60	176
3	Йогурт	150	88	175	104
4	Хлеб пшеничный	10	20	11	24

Зав. ДОУ № 14 С.И. Усманова

Калькул. Людмила / Усманова И.А.

Повар Олег / Васильев