



Утверждаю:

Заведующий МДОАУ «Д/с №16»

Н.Б.Жаворонкова

Меню 14 день

Наименование блюд	Вес в граммах		калорийность	
	от 1 года до 3-х лет	от 3-х до 7-ми лет	от 1 года до 3-х лет	от 3-х до 7-ми лет
<u>Завтрак</u>				
Каша молочная кукурузная	150	200	151.79	199.39
Хлеб с маслом	20/6	20/8	84.86	98.08
Чай с молоком	150	180	73.34	77.13
<u>2 Завтрак- фрукты</u>	100	100	38	38
<u>Обед</u>				
Овощи свежие	40	60	43.69	70.23
Суп с клецками	150	250	70.17	109.82
«Ежики» мясные с томатно- сметанным соусом	60/20	70/30	129.63	166.55
Сложный гарнир	120	130	85.16	98.67
Компот из с/ф/ Кисель витаминизированный	150	200	44.38	45.2
Хлеб пшеничный/ржаной	20/30	20/40	45.2/ 57	45.2/76
<u>Полдник</u>				
Сочник с творогом	60	80	154	210.59
Молоко кипяченое	150	180	78	93.6
<u>Ужин</u>				
Картофель тушеный в молоке	150	180	127.93	152.86
Какао с молоком	150	180	77.26	90.99
Хлеб пшеничный	20	30	45.2	67.8