



Заведующая МКДОУ «Детский сад № 14»

УТВЕРЖДАЮ

Э.М. Арипшева
Э.М. Арипшева

МЕНЮ на «04» 03 2022г.

Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность, ккал
ЗАВТРАК		
Каша вязкая из овсяной крупы (с сахаром)	180,0	157,10
Хлеб Пшеничный	30,0	136,0
Чай с лимоном	180/10/7	41,0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Кефир	180	95,4
ОБЕД		
Суп картофельный с пшенной крупой, со сметаной	200,0	107,8
Голубцы ленивые с соусом №373	150,0	209,7
Компот из свежих яблок	180,0	79,0
Хлеб Пшеничный	70,0	118,0
ПОЛДНИК		
Ватрушка с повидлом	60,0	358,0
Чай с сахаром	180/10	40,0
Всего за день (при норме 1250-1700):	1420,0	1342,0

Повар *Гусев*