



Заведующая МКДОУ «Детский сад № 14»

УТВЕРЖДАЮ

Э.М.Арипшева

**МЕНЮ** на «10» 03 2022г.

Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность, ккал
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша вязкая из из пшена (с сахаром)	180,0	204,5
Хлеб Пшеничный	30,0	136,0
Чай с лимоном	180/10/7	41,0
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		
Бутерброд с повидлом	50,0	138,0
<b>ОБЕД</b>		
Рассольник Ленинградский с крупой перловой	200,0	97,2
Котлеты	80,0	183,0
Салат из свеклы	150,0	209,7
Кисель	180,0	79,0
Хлеб Пшеничный	70,0	118,0
<b>ПОЛДНИК</b>		
Суп молочный гречневый	200,0	358,0
Хлеб Пшеничный	50,0	136,0
<b>Всего за день (при норме 1250-1700):</b>	<b>1370,0</b>	<b>1700,4</b>

Повар \_\_\_\_\_

*Арипшева*