



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МКДОУ «Детский сад № 14»

*Э.М.Аришова*  
Э.М.Аришова

**МЕНЮ** на «21» 03 2022г.

Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность, ккал
<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша вязкая рисовая (с сахаром)	180,0	157,0
Хлеб Пшеничный	30,0	136,0
Чай с лимоном	180/10/7	41,0
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>		
Бутерброд с маслом сливочным	40,0	138,0
<b>ОБЕД</b>		
Борщ с капустой и картофелем	200,0	82,0
Гуляш из отварной говядины	150,0	236,3
Каша рассыпчатая пшениная с маслом (гарнир)	150,0	229,5
Кисель	180,0	79,0
Хлеб Пшеничный	70,0	118,0
<b>ПОЛДНИК</b>		
Макаронны отварные с сыром	150,0	165,0
Чай с сахаром	180/10	40,0
Хлеб Пшеничный	30,0	136,0
<b>Всего за день (при норме 1250-1700):</b>	<b>1540,0</b>	<b>1557,8</b>

Повар *Аришова*