



УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МКДОУ «Детский сад № 14»

Э.М. Арипшева
Э.М. Арипшева

МЕНЮ (с 3 до 7 лет)

на «30» 05 2022г.

Прием пищи/ Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность, ккал
ЗАВТРАК		
Каша вязкая рисовая (с сахаром)	180,0	157,0
Хлеб Пшеничный	30,0	71,0
Чай с лимоном	180/10/7	41,0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Бутерброд с маслом сливочным	40,0	136,0
ОБЕД		
Борщ с капустой и картофелем	200,0	82,0
Гуляш из отварной говядины	150,0	236,3
Каша рассыпчатая пшеничная с маслом (гарнир)	150,0	229,5
Кисель	180,0	80,4
Хлеб Пшеничный	70,0	166,0
ПОЛДНИК		
Макароны отварные с сыром	150,0	198,0
Чай с сахаром	180/10	40,0
Хлеб Пшеничный	30,0	71,0

Повар _____

Ус