

УТВЕРЖДАЮ

ЗАВЕДУЮЩАЯ ДОУ №22 Шукшина Л.М.



МЕНЮ

НА 14 июня 2024 года

Возрастные
группы

Ясли
(грамм)

Кало-
рийность
(Ккал)

Сад
(грамм)

Кало-
рийность
(Ккал)

Время приема

Завтрак

Каша молочная рисовая жидкая	120\20	138	135\30	138
Сыр порц	5		5	
Хлеб пшеничный	30	134,8	30	162,7
Чай с сахаром	150	41,07	180	49,29

Второй завтрак

Груша	136		136	
-------	-----	--	-----	--

Обед

Икра морковная	30		50	
Щи из св капусты со сметаной	150/10	93,92	200/10	119,8
Гуляш из говядины	50/50	63,42	50/50	74
Капуста тушеная	110	101,3	130	107,9
Сок	150	71,25	148,15	71,25
Хлеб ржаной	30	60	35	66

Полдник

Булочка сдобная	50	159,4	70	193,6
Чай с сахаром	150	60	180	72

Ужин

Сырники из творога с повидлом	75\20		120\25	
Чай без сахара	150		180	
Хлеб пш	15		30	