

МЕНЮ

МБДОУ № 13 "ВАСИЛЕК" (наименование организации)сад



| завтрак | | выход блюда | энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------|-------------------------------------|-------------|-----------------------------------|
| завтрак | | | |
| 1. | Каша тиенная | 175/5 | 182 |
| 2. | Бутерброд с маслом | 20 | 80 |
| 3. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 95 |
| 4. | Хлеб тиеничный | 10 | 20 |
| второй завтрак | | | |
| 1. | Яблоко | 85 | 38 |
| обед | | | |
| 1 | икра кабачковая | 60 | 24 |
| 2 | Борщ с мясом и сметаной | 200/20/10 | 124 |
| 3 | Соус сметанный | 20 | 22 |
| 4 | Запеканка картофельная с печенью | 150/50 | 328 |
| 5 | Сок фруктовый | 180 | 70 |
| 6 | Хлеб ржаной | 37.5 | 65 |
| 7 | Хлеб тиеничный | 15 | 29 |
| полдник | | | |
| 1. | Сырники из творога с джемом | 100/20 | 282 |
| 2. | Ряженка | 180 | 83 |
| 3. | Хлеб тиеничный | 20 | 39 |