

МЕНЮ

МБДОУ № 13 "ВАСИЛЕК" (наименование организации) сад

завтрак		выход блюда	энергетическая ценность (ккал)
1.	Вермишель молочная	175/5	105
2.	Бутерброд с сыром и маслом	15/5/10,5	100
3.	Какао с молоком	180	140
4.	Хлеб пшеничный	10	20
второй завтрак			
1.	Яблоко	85	38
обед			
1.	салат из квашеной капусты	55	38
2.	Щи из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	200/20/10	128
3.	Плов	130/55	405
4.	Сок фруктовый	180	70
5.	Хлеб ржаной	37.5	65
6.	Хлеб пшеничный	15	29
полдник			
1.	Пудинг из творога (запеченный)	100/20	217
2.	снежок	180	105
3.	Хлеб пшеничный	20	39

