



МЕНЮ

Утверждаю

Среда / 2 апреля



И.О.заведующего МБДОУ
города Костромы «Детский сад №14»
Г.В. Колмакова

№	завтрак	если выходной		если ккал	
1.	Каши пшениная перловая с маслом сливочным	140/4	200/5	182,3	245,4
2.	Какао с молоком	140	200	94,8	115,4
3.	Запеченный бутерброд с повидлом/яйцом	35		156,9	
10.0	Бутерброд с повидлом /слад/		50.		202,6
	Банан	100	100	96,0	96,0
	обед				
1.	Салат из свежих помидоров с уксусом	40	60	39,5	44,2
2.	Борщ вегетарианский	160	180	49,4	89,4
3.	Котлеты рыбные лобстерные	60	40	84,4	102,5
	Рис отваренный	110	150	84,3	119,5
4.	Компот из сухофруктов	150	180	45,2	54,2
5.	Хлеб ржаной	40	50	81,5	102,0
	полдник				
1.	Чай с сахаром	180	220	94,2	114,9
2.	Фрукты	10	10.	64,5	64,5
	ужин				
1.	Запеканка из творога	120	160	313,4	412,5
	Соус мясной (сладкий)	20	30	15,5	24,5
2.	Чай с молоком	140	200	81,6	96,1
3.	Хлеб пшеничный	30	40	130,6	144,2