



МЕНЮ

Пятница (21 апреля)



Утверждаю

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

№	завтрак	масса выходной		масса ккал	
1.	Пюре овсяное жидкое с молоком, сливочным маслом	140/4	200/5	161,9	216,3
2.	Чай с сахаром	140	200	34,1	43,4
3.	Хлеб пшеничный с сахаром	30/9	40/14	160,6	220,8
10.0	Яблоко	100	100	48,0	48,0
обед					
1.	Салат из зеленого горошка консервированного	40	60	32,4	48,4
2.	Суп картофельный с макар., изюмом	160	180	109,1	123,0
3.	Супорез из рыбы	60	40	136,0	161,6
4.	Рисовое пюре	110	150	84,3	119,5
	картофель из супа	150	180	45,3	54,2
5.	Хлеб ржаной	40	50	81,6	102,0
полдник					
1.	Печенье	150	180	44,9	92,0
2.	Печенье	10	10	40,6	40,6
ужин					
1.	Гуляш из телятины с соусом	130	150	295,3	340,4
	Соус молочный (сметанный)	20	30	15,9	24,5
2.	Чай с молоком	180	200	86,6	96,1
3.	Хлеб пшеничный	30	40	130,6	144,2