



МЕНЮ

Утверждаю

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



Пятница / Пирог

№	завтрак	ккал	выход	кал	ккал	кал
1.	Пирог с яблоками и сметаной	140/4	180/5	184,4	236,4	
2.	Коржиковый пирог с яблоками	140	180	88,0	93,3	
3.	Хлеб пшеничный с маслом слив.	30/5	40/5	145,2	218,8	
10.0	Сок апельсиновый	200	180	62,0	55,9	
	обед					
1.	Суп из свинины	40	60	36,4	34,6	
2.	Крем из сметаны и кондитерского сахара	160/5	180/5	59,37	66,8	
3.	Курица и отваренное мясо	60/30	40/30	373,04	406,6	
4.	Макаронное отварное	180	150	153,48	109,6	
4.	Каша из овсяной крупы	150	180	41,4	86,1	
5.	Хлеб ржаной	40	60	81,6	102,0	
	полдник					
1.	Сметана	150	180	146,0	146,0	
2.	Булочки домашние	50	40	201,2	282,0	
	ужин					
1.	Пюре картофельное с мясом и сметаной	150	160	160,2	140,8	
2.	Чай с лимоном	140	100	39,2	46,3	
3.	Хлеб пшеничный	30	40	130,6	144,2	