



МЕНЮ

Гетинца (директор)



Утверждаю

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

№	завтрак	вес выход		вес ккал	
1.	Пюре овощное пюре из картофеля, смешан с молоком	140/4	200/5	161,9	216,3
2.	Чай с сахаром	180	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., из овощей	160	180	109,1	123,0
3.	Суп из рыбы	60	70	136,0	161,6
4.	Рисовое пюре	110	150	84,3	119,5
	картофель из картофеля	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.	Гречка из твердого сыра	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