



МЕНЮ

Утверждаю

Вторника (12 февраля)

и.о. заведующего МБДОУ
города Костромы «Детский сад №14»
Г.В. Колмакова



№	завтрак	масса	выход	сад	ккал	сад
1.	Каша пшеничная с молоком сладкая с сахаром	140/4	200/5	146,1	236,5	
2.	Чай с молоком	140	200	81,6	96,1	
3.	Хлеб пшеничный с маслом	30/9	40/14	160,5	220,8	
10.0	Яблоко	100	100	47,0	47,0	
	обед					
1.	Суп из свежих помидор с луком	40	60	31,4	44,2	
2.	Рассольник с маринованным картофелем	160	180	48,1	88,0	
3.	Макаронное блюдо с сметаной	50	40	195,9	244,5	
4.	Хлеб пшеничный	110	150	153,4	209,4	
5.	Хлеб ржаной	150	180	41,4	86,1	
	полдник					
1.	Резанная фруктовая смесь	40	50	81,5	102,0	
2.	Булочка с маком	150	180	48,5	94,2	
3.	Чай с молоком	50	50	151,3	151,3	
	ужин					
1.	Рис с овощами	130	150	103,4	119,5	
2.	Чай с молоком	140	200	39,2	46,3	
3.	Хлеб пшеничный	30	40	130,6	144,2	