



МЕНЮ

Утверждаю

Четверг /11 апреля/

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



№	завтрак	мл	г	ккал	г
1.	Чаша пышная манная с маслом сливочным	140/4	100/5	182,3	245,4.
2.	Пюре картофельное с маслом	140	160	84,9	93,3.
3.	Запеканка творожная с яблоками (или) бутерброд с колбасой (смет.)	35	50.	156,9	202,5
10.0	Сок фруктовый	200	180	61,9	55,7.
	обед				
1.	Суп из овощей с морковью (или) картофельным)	40	60	32,4	48,6
2.	Борщ с капустой и картофелем	160	180	144,9	84,1
3.	Суп из отварного мяса	60/30	70/50	343,0	406,6.
4.	Картофельное пюре	110.	130.	108,8	128,4.
5.	Компот из свежих яблок	150	180	71,7	86,0.
5.	Хлеб ржаной	40	50	69,6	84,0.
	полдник				
1.	Творог	130	160	84,0	103,0.
2.	Фрукты	10	10	64,5	64,5
	ужин				
1.	Рыба запеченная с овощами	130	150	185,0	212,9.
2.	Чай с сахаром	140	180	63,1	81,7
3.	Хлеб пшеничный	30	30	48,6	48,6.