



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 16 «Голосок»

Т.Л.Плужникова
Меню на 19.12.2025 года

	Наименование	Выход ясли,гр	Калории, Ккал	Выход детский сад,гр	Калории, Ккал
Завтрак	Каша геркулесовая молочная жидкая	150	160	200	235
	Кофейный напиток на молоке	150	109	180	130
	Хлеб пшеничный	30	68,1	40	90,8
	Масло сливочное	4	26	5	33
2-й завтрак	-	-		-	
Обед	Суп овощной на м/б со сметаной	150/5	63	200/10	105
	Зразы рисовые с мясом	150	174	200	298
	Компот из сухофруктов	150	58	180	71
	Хлеб ржаной	40	85,6	50	107
Полдник	Сок				
	Кондитер				