

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МБДОУ «Детский сад «Лучик»  
Е.В. Монакова

**МЕНЮ**  
**2 ноября 2022 года**

Наименование блюда	Выход готового блюда (в граммах)		Калорийность (в Ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
<b><i>Завтрак</i></b>				
Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	152	202
Кофейный напиток с молоком	150	180	109	130
Хлеб пшеничный	30	35	84	98
Масло сливочное	4	5	30	37
<b><i>Второй завтрак</i></b>				
Апельсин	110	125	47	54
<b><i>Обед</i></b>				
Суп рыбный со сметаной	150/25/8	200/25/10	89	119
Котлета мясная рубленая	60	70	116	135
Капуста тушеная	120	150	96	121
Компот из сухофруктов	150	180	58	71
Хлеб ржаной	30	40	64	86
<b><i>Полдник</i></b>				
Булочка «Российская»	50	70	167	233
Кофейный напиток	150	180	37	44
Итого калорийность за день			1049	1330

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**