

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

МЕНЮ
10 ноября 2022 года

Наименование блюда	Выход готового блюда (в граммах)		Калорийность (в Ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
<i>Завтрак</i>				
Каша гречневая молочная жидкая	150	200	167	222
Какао на молоке	150	180	89	153
Хлеб пшеничный	30	35	84	98
Масло сливочное	4	5	30	37
<i>Второй завтрак</i>				
Сок фруктовый	103	103	46	46
<i>Обед</i>				
Свекольник с мясом и сметаной	150/15/8	200/15/11	80	107
Суфле из печени с соусом сметанным	60/15	70/15	168	197
Картофельное пюре	120	150	110	160
Компот из сухофруктов	150	180	58	71
Хлеб ржаной	30	40	64	86
<i>Полдник</i>				
Хлеб пшеничный с сыром	25/6	30/12	70/22	84/44
Чай с сахаром	150	180	37	44
Банан	100	123	96	118
Итого калорийность за день			1121	1423

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!