

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

**МЕНЮ**  
**18 ноября 2022 года**

Наименование блюда	Выход готового блюда (в граммах)		Калорийность (в Ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад
<i><b>Завтрак</b></i>				
Каша пшеничная молочная жидкая	150	200	152	202
Чай с сахаром	150	180	37	44
Хлеб пшеничный	30	35	84	98
Масло сливочное	4	5	30	37
Сыр	6	12	22	44
<i><b>Второй завтрак</b></i>				
Сок фруктовый	103	103	46	46
<i><b>Обед</b></i>				
Суп из макаронных изделий с курицей	150/15	200/15	85	113
Тефтели из рыбы	50	70	58	82
Рагу из овощей	150	200	147	196
Компот из свежих яблок	150	180	71	94
Хлеб ржаной	30	40	64	86
<i><b>Полдник</b></i>				
Вафли	30	48	63	101
Молоко кипяченое	150	180	84	110
Итого калорийность за день			943	1253

**ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!**