

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

МЕНЮ
22 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 с молоком	150	180	89	153
Хлеб пшеничный	30	35	84	98
Масло сливочное	4	5	30	37
<i>Второй завтрак</i>				
Сок фруктовый	93	93	42	42
<i>Обед</i>				
Суп молочный с рисом	150	200	108	144
Рыба, тушеная с овощами	70	100	70	100
Картофельное пюре	120	150	110	160
Компот из сухофруктов	150	180	58	71
Хлеб ржаной	30	40	64	86
<i>Полдник</i>				
Вареники ленивые с молоком сгущенным	120/15	150/22	208	291
Чай с сахаром	150	180	37	44
Итого калорийность за день			1067	1448

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!