

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

МБДОУ г. Керчи РК «Детский сад
комбинированного вида № 11 «Ручеек»

Л.В. Шендо

от 02.04.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

| | |
|------------------------|-----------|
| Суп молочный гречневый | 180 / 200 |
| Хлеб пшеничный | 30 / 40 |
| Чай с сахаром | 150 / 180 |

³⁰ 10 ЧАСОВ

| | |
|--------|-----|
| Йогурт | 130 |
|--------|-----|

ОБЕД

| | |
|-----------------------------------|------------------|
| Салат из свеклы с огурцами | 45 / 60 |
| Суп карб.-кисл. с макар. изд. мел | 200 / 200 |
| Рыба пресноводная | 65 / 85 |
| Картофель отварной | 120 / 150 |
| Компот из сухофруктов | 150 / 180 |
| Хлеб пшенич. Хлеб ржаной | 20 / 30, 20 / 20 |

ПОЛДНИК

| | |
|-----------------------------|-----------|
| Запеканка картоф. с яблоком | 125 / 125 |
| Салат из капусты | 45 / 60 |
| Кефирной напиток | 150 / 180 |
| Хлеб пшеничный | 20 / 20 |

УЖИН

| | |
|---------|-----|
| Сок | 130 |
| Телемме | 30 |

РЕКОМЕНДАЦИЯ НА УЖИН

Фрукты

Питание на одного ребенка составляет:

З. - 45,16 / 54,26

Ф. - 30,54 / 35,56

У. - 150,64 / 206,11

Итого цельность - 1140,51 / 1364,99

Рыба с овощами - 56,95 / 67,78