

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

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

*Л.В.Шендо* Л.В.Шендо

04.07.24.

# МЕНЮ

## ЗАВТРАК

Суп молочный "Геркулес"	180 / 200
Молоко кипяченое	150 / 180
Бутерброд с сыром	45 / 60

## 10 ЧАСОВ

Йогурт	180
Печенье	30

## ОБЕД

Салат из свежих огур., помид.	40 / 60
Суп картофельный с мясным фарш-мел.	200 / 200
Рыба тушеная со специями	60 / 80
Картофель отварной	120 / 150
Кисель из сока	150 / 180
Чай зеленый, сахар	40 / 50

## ПОЛДНИК

Вареники с творогом	50 / 100
Кавар с молоком	150 / 180

## УЖИН

Яблоко	1 шт
--------	------

## РЕКОМЕНДАЦИЯ НА УЖИН

*Фрукты / Ягоды*

Питание на одного ребенка составляет:

Б 43,30 / 58,67

Ж 39,45 / 52,98

У 153,16 / 207,78

Эн.ценность 1128,74 / 1515,63

Витамин С 35,16 / 43,12