

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

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

Л.В.Шендо

26.07.24.

МЕНЮ

ЗАВТРАК

	Омлет светлый	40 / 60
	Омлет натуральный	65 / 85
	Чай с медом	150 / 180
³⁰	Хлеб пшеничный	30 / 40
10 ЧАСОВ	Резинка	150
	Безе	30

ОБЕД

	Омлет из светлого помид. с мука	40 / 60
	Суп картош. кот с овощами	200 / 200
	Молоко тушен. соевыми	170 / 220
	Каша	150 / 180
	Хлеб пшенич., хлеб ржаной	20 / 30, 20 / 20

ПОЛДНИК

	Творог с повидлом	50 / 100
	Молоко кефир.	130 / 180

УЖИН

	Омлет	100
--	-------	-----

РЕКОМЕНДАЦИЯ НА УЖИН

Фрукты

Питание на одного ребенка составляет:

Б 43, 89 / 60, 81

Ж 36, 87 / 38, 63

У 126, 82 / 181, 95

Эн.ценность 970, 17 / 1321, 72

Витамин С 25, 53 / 35, 57