

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

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

Т.В.Шендо

31.07.24.

# МЕНЮ

## ЗАВТРАК

|                                 |         |
|---------------------------------|---------|
| Салат из свекл, огурц, и помид. | 40/60   |
| Омлет                           | 65/85   |
| Корейск. капуста с маслом       | 150/180 |
| Хлеб пшеничный                  | 30/40   |

## 10 ЧАСОВ

|          |  |
|----------|--|
| Абрикосы |  |
|----------|--|

## ОБЕД

|                       |         |
|-----------------------|---------|
| Щи из свежих кабачков | 40/60   |
| Суп с макар. из-мш    | 200/200 |
| Жаркое по-домашнему   | 170/220 |
| Кисель из сока        | 150/180 |
| Хлеб пшенич.          | 20/30   |
| Хлеб ржаной           | 20/20   |

## ПОЛДНИК

|                    |         |
|--------------------|---------|
| Сырники из творога | 50/100  |
| Чай с маслом       | 150/180 |

## УЖИН

|     |      |
|-----|------|
| Сок | 1.50 |
|-----|------|

## РЕКОМЕНДАЦИЯ НА УЖИН

|                  |  |
|------------------|--|
| Молодые продукты |  |
|------------------|--|

Питание на одного ребенка составляет:

|   |                 |            |                   |
|---|-----------------|------------|-------------------|
| В | 48,95 / 67,43   | Эн энергия | 1066,90 / 1400,94 |
| Ж | 35,24 / 48,10   |            |                   |
| У | 135,53 / 173,86 | Витамин С  | 48,30 / 61,14     |