

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

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

*Л.В.Шендо* Л.В.Шендо

19.09.24

# МЕНЮ

## ЗАВТРАК

Каша пшеничная молочная	160 / 210
Чай с молоком	150 / 180
Хлеб пшеничный	30 / 40

## 10 ЧАСОВ

Сок фруктовый	130
---------------	-----

## ОБЕД

Викнет	45 / 60
Суп картофельный с мясом, грибами	200 / 200
Рыба тушеная с овощами	60 / 80
Десерт отварной	120 / 150
Компот из сухофруктов	150 / 180
Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	20 / 30, 20 / 20

## ПОЛДНИК

Запеканка из творога с мясом	130 / 130
Кефирный напиток с молоком	150 / 180

## УЖИН

Балет	100
-------	-----

## РЕКОМЕНДАЦИЯ НА УЖИН

Фрукты	
--------	--

Питание на одного ребенка составляет:

Б 40,82 / 47,97  
Ж 38,50 / 42,42  
У 184,87 / 221,03

Эн.ценность 1256,37 / 1461,06

Витамин С 24,11 / 27,21