

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий

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

*Л.В.Шендо* Л.В.Шендо

# МЕНЮ

03. 10. 24

## ЗАВТРАК

|                   |         |
|-------------------|---------|
| Наша традиционная | 160/210 |
| Чай с медом       | 150/180 |
| Хлеб пшеничный    | 30/40   |

<sup>30</sup>  
10 ЧАСОВ

Сон

130

## ОБЕД

|                                      |              |
|--------------------------------------|--------------|
| Викреет                              | 45/60        |
| Суп картошечный с мясом, фрикадельки | 200/200      |
| Джема тушеная с овощами              | 60/80        |
| Желе отварное                        | 120/150      |
| Компот из сухофруктов                | 150/180      |
| Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной          | 20/30, 20/40 |

## ПОЛДНИК

|                              |         |
|------------------------------|---------|
| Запеканка из творога с мясом | 130/130 |
| Корейский салат с морковью   | 150/180 |

## УЖИН

Башмак

1шт

## РЕКОМЕНДАЦИЯ НА УЖИН

Фрукты

Питание на одного ребенка составляет:

Б 41, 82/47, 97

Эн.ценность 1256, 37/1461, 06

Ж 38, 50/42, 42

У 184, 87/221, 03

Витамин С 24, 11/24, 21