

Утверждаю  
Заведующий МДОУ  
детский сад «Родничок»  
Золотухина Р.А.



## Меню на 16 декабря

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Энергетическая ценность		Размер порции	
		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ
Завтрак	Каша молочная из овсяных хлопьев "Геркулес", кофейный напиток с молоком, кремлик	390	270	200 180 40	150 180 20
2-ой завтрак	сок фруктовый	92	92	200	200
Обед	Щи кабанковая (порцион.), суп картофельный с рыбными консервами (горбуша), чумачи, рис отварной, напиток из плодов шиповника, хлеб ржан.	815	705	40 200 80 110 180 50	30 180 70 90 150 40
Полдник	Чай с сахаром, хлеб пшеничный с повидлом.	120	85	200 30/20	180 20/15
Ужин	Макарони, запеченные с сыром, горошек зеленый отварной, чай с сахаром, хлеб пшеничный.	410	320	140 35 200 40	110 30 180 30
Итого за день:					

М/сестра:

*Е.И.*

Шеф-повар

*К.И.*