



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

Меню на 18 ноября

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Энергетическая ценность		Размер порции	
		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ
Завтрак	Каша молочная из овсяных хлопьев, кофейный напиток с молоком, вафли	385	205	200 180 20	150 180 20
2-ой завтрак	сок фруктов.	92	92	200	200
Обед	Икра кабачковая, суп картофельный с рыбными консервами (горбуша), гуляш, рис отварной, напиток из плодов шиповника, хлеб ржаной.	815	710	40 200 70 110 180 50	30 180 60 90 150 40
Полдник	Чай с сахаром, хлеб пшеничный с повидлом.	105	80	200 30/20	180 20/15
Ужин	Макаронн. запеканка с сыром, горошек зап. отварной, чай с сахаром, хлеб пшеничный.	405	315	150 30 200 40	120 20 180 30
Итого за день:					

М/сестря: *Эм* *Трих*