



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

Меню на 22 ноября

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Энергетическая ценность		Размер порции	
		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ
Завтрак	Масло сливочное (порционно), каша пшеничная молочная, кофейный напиток с молоком, хлеб пшеничный.	395	285	7 200 180 20	6 150 180 20
2-ой завтрак	яблоко свежее	75	75	170	165
Обед	Суп картофельный с добавками (порошок муцешки) и мясом, «ёжики» мясные с соусом красным, свёкла тушеная, напиток из плодов шиповника, хлеб ржаной.	810	720	200 180 60 200 50	180 150 50 180 40
Полдник	Чай с сахаром, пирожок песочный из дрож. теста с повидлом	135	95	200 75	180 65
Ужин	Рыба, запеченная в омлете, чай с сахаром, хлеб пшеничный.	405	315	180 200 30	150 180 20
Итого за день:					