



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

Меню на 22 января

	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Энергетическая ценность		Размер порции	
		САД	ЯСЛИ	САД	ЯСЛИ
Завтрак	Масло сливочное (ягодное), каша "Дружба" молочная (рис + пшено), корейский напиток с молоком, хлеб пшеничный	395	275	7	6
				200	150
				180	180
				20	20
2-ой завтрак	Яблоко свежее	70	70	180	180
Обед	Горюх с фасолью, курицей и сметаной, судачик из печени говяжьей, каша гречневая рассыпчатая, соус красный, напиток из плодов шиповника, хлеб ржаной	825	720	200	180
				100	80
				90	80
				30	30
				180	150
Полдник	Чай с сахаром, хлеб пшеничный с сыром (порция)	105	85	200	180
				30	20
				18	12
Ужин	Омлет натуральный, кукуруза сахарная отварная, чай с сахаром, хлеб пшеничный	405	320	180	150
				30	25
Итого за день:				200	180
				30	20

М/сестра: *Е.И.*

Шеф-повар: *Г.*