



МЕНЮ НА «01» ноября 2023г.

Наименование блюд	Выход блюда	Выход Измен.	Энергети- ческая ценность
-------------------	----------------	-----------------	---------------------------------

Завтрак

Бутерброд с маслом	10/24		136
Запеканка из творога со сгущенным молоком	100/16		326
Чай с молоком	180		89

2-й Завтрак

Ряженка с сахарным сиропом	100/10		91
----------------------------	--------	--	----

Обед

Суп картофельный с горохом	200		99
Котлета домашняя	80		192
Каша гречневая рассыпчатая	150		244
Компот из сухофруктов	180		86
Хлеб ржаной	30		108
Хлеб пшеничный	24		70

Уплотненный полдник

Макароны запеченные с яйцом, маслом	150/5		185
Фрукты свежие (груши)	60		46
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	180		101
Печенье	20		84

Калорийность-1856ккал.

Рекомендованный ужин- Тефтели рыбные тушеные, овощи свежие(огурцы)

Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 22»
Кладовщик



О. С. Воронова
Е. Н. Тарасова

