



# МЕНЮ

на «01» августа 2022 г.

| <b>ЗАВТРАК</b>             | Масса порции<br><u>ясли/сад</u> | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал)<br><u>ясли/сад</u> |
|----------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Макаронные изделия с сыром | 100/120                         | 82/132                                                  |
| Бутерброд с м/сливочным    | 20,5/20,5                       | 182/182                                                 |
| Чай с лимоном              | 150/180                         | 101/141                                                 |

## 2-Й ЗАВТРАК

|       |       |       |
|-------|-------|-------|
| Банан | 70/70 | 34/34 |
|-------|-------|-------|

## ОБЕД

|                                    |         |         |
|------------------------------------|---------|---------|
| Щи зеленые с мясом, сметаной       | 180/250 | 96 /142 |
| Салат из свежих огурцов, помидоров | 20/30   | 5/6     |
| Фрикадельки из птицы в соусе       | 60/80   | 167/187 |
| Каша рассыпчатая гречневая         | 120/150 | 196/271 |
| Хлеб пшеничный/темный              | 30/50   | 80/100  |
| Компот из яблок                    | 150/180 | 96/114  |

## ПОЛДНИК

|                       |         |         |
|-----------------------|---------|---------|
| Омлет натуральный     | 50/100  | 150/200 |
| Салат из моркови      | 15/30   | 30/60   |
| Хлеб пшеничный        | 10/20   | 26/52   |
| Компот из сухофруктов | 150/180 | 105/147 |

Заведующий МБДОУ «Мурзилка» с.Верхнекурганное»

Кругликова А. В.