



# МЕНЮ

на «03» ноября 2022 г.

| <b>ЗАВТРАК</b>               | Масса порции<br><u>ясли/сад</u> | Энергетич<br>ценность<br>(ккал)<br><u>ясли/сад</u> |
|------------------------------|---------------------------------|--|
| Суп молочный с крупой манной | 150/220                         | 82/132   |
| Бутерброд с м/сливочным      | 25 /35                          | 192/232  |
| Чай с лимоном                | 150/180                         | 101/141  |

## 2-Й ЗАВТРАК

|        |       |       |
|--------|-------|-------|
| Яблоки | 80/80 | 19/19 |
|--------|-------|-------|

## ОБЕД

|  |         |         |
|--|---------|---------|
| Свекольник с мясом                         | 150/250 | 96 /142 |
| Помидоры консервированные                  | 20/30   | 15/20   |
| Голубцы ленивые с соусом сметан.- томатным | 135/160 | 196/271 |
| Хлеб пшеничный/темный                      | 40/50   | 90/100  |
| Кисель из ягод                             | 150/180 | 96/114  |

## ПОЛДНИК

|                   |         |         |
|-------------------|---------|---------|
| Оладьи с яблоками | 50/100  | 104/207 |
| Джем              | 15/15   | 28/28   |
| Какао с молоком   | 150/180 | 96/114  |

Заведующий МБДОУ «Мурзилка» с.Верхнекурганное»

Кругликова А. В.

