



# МЕНЮ

на «07» октября 2022 г.

| <b>ЗАВТРАК</b>                  | Масса порции<br><u>ясли/сад</u> | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал)<br><u>ясли/сад</u> |
|---------------------------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------|
| Суп молочный с крупой гречневой | 150/220                         | 82/132                                                  |
| Бутерброд с м/сл, сыром         | 29 /41                          | 192/232                                                 |
| Чай с лимоном                   | 150/180                         | 101/141                                                 |

## 2-Й ЗАВТРАК

|        |       |       |
|--------|-------|-------|
| Бананы | 90/90 | 39/39 |
|--------|-------|-------|

## ОБЕД

|                                            |         |         |
|--------------------------------------------|---------|---------|
| Суп картофельный с рыбными фрикадельками   | 150/250 | 96 /142 |
| Помидоры консервированные                  | 20/30   | 15/20   |
| Голубцы ленивые с соусом сметан.- томатным | 135/190 | 196/271 |
| Хлеб пшеничный/темный                      | 40/50   | 90/100  |
| Компот из ягод                             | 150/180 | 96/114  |

## ПОЛДНИК

|                  |         |         |
|------------------|---------|---------|
| Блинчики,        | 50/100  | 104/207 |
| Молоко сгущенное | 10/15   | 28/33   |
| Сок              | 125/150 | 96/114  |

Заведующий МБДОУ «Мурзилка» с.Верхнекурганное»



Кругликова А. В.