УТВЕРЖДАЮ

И.о. Заведующий МБДОУ

 «Табатский д/с «Ветерок»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Попова О.В

**Меню ежедневного горячего питания на 20.09.2023 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак**  | Омлет натуральный запеченный | 80 | 119,71 |
|  | Чай с молоком и сахар | 200 | 39,05 |
|  | Бутерброд с сыром  | 30  | 249 |
|  | **Итого на завтрак** | **310** | **445,05** |
|  |
|  |  |  |  |
|  |
| **Обед** | Салат из белокочанной капусты  | 63 | 41,40 |
|  | Суп картофельный с бобовыми (горох) на м/б | 250 | 167,14 |
|  | Тефтели мясные с соусом | 100 | 158,91 |
|  | Изделия макаронные отварные | 180 | 133,46 |
|  | Компот из свежих плодов (апельсин) | 200 | 104,3 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **750** | **860,27** |
|  |
| **Полдник** | Каша гречневая на молоке  | 200 | 163,06 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 19,9 |
|  | **Итого на полдник** | **400** | **182,96** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 534,28** |