УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

 «Табатский д/с «Ветерок»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кузьмина Е.А.

**Меню ежедневного горячего питания на 20.10.2023 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак** | Каша «Дружба» | 200 | 146,91 |
|  | Кофейный напиток на молоке | 200 | 58,12 |
|  | Бутерброд с сыром | 30 | 210,6 |
|  | **Итого на завтрак** | **430** | **415,63** |
|  |
|  |  |  |  |
|  |
| **Обед**  | Салат из белокочанной капусты  | 63 | 41,40 |
|  | Суп лапша на м/б | 200 | 139 |
|  | Гуляш из отварного мяса | 80 | 158,04 |
|  | Каша перловая | 180 | 122,16 |
|  | Компот из плодов свежих плодов (лимон) | 200 | 57,26 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **780** | **787,76** |
|  |
| **Полдник** | Ватрушка с творогом | 80 | 204,80 |
|  | Кисель | 200 | 36 |
|  | **Итого на полдник** | **280** | **240,8** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 490,19** |