УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

 «Табатский д/с «Ветерок»

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Кузьмина Е.А.

**Меню ежедневного горячего питания на 30.10.2023 г.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Объем блюда | Калорийность |
| **Завтрак**  | Суп с рисовой крупой | 250 | 164,45 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 29,9 |
|  | Бутерброд с маслом | 35 | 249 |
|  | **Итого на завтрак** | **485** | **443,35** |
|  |
|  |  |  |  |
|  |
| **Обед** | Салат из свежих огурцов  | 46 | 31,2 |
|  | Щи из квашенной капусты со сметаной | 250 | 156,39 |
|  | Гуляш из отварного мяса | 80 | 158,04 |
|  | Макароны отварные | 180 | 122,16 |
|  | Компот из плодов сухих (смесь) | 200 | 56,1 |
|  | Хлеб пшеничный 1 с | 35 | 70,4 |
|  | Хлеб ржаной | 25 | 52,5 |
|  | **Итого на обед** | **830** | **641,71** |
|  |
| **Полдник** | Коржик молочный | 80 | 346,68 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 19,9 |
|  | **Итого на полдник** | **280** | **366,58** |
|  | **Итого на весь день** |  | **1 887,64** |