

УТВЕРЖДАЮ  
И.о. Заведующий МБДОУ  
«Табатский д/с «Ветерок»  
\_\_\_\_\_ Попова О.В

**Меню ежедневного горячего питания на 19.01.2023 г.**

Прием пищи	Наименование блюда	Объем блюда	Калорийность
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	200	172,12
	Чай с сахаром	200	38,58
	Бутерброд с сыром	30	210,6
	<b>Итого на завтрак</b>	<b>430</b>	<b>421,3</b>
<b>Второй завтрак</b>			
<b>Второй завтрак</b>	Сок фруктовый	100	46
<b>Обед</b>			
<b>Обед</b>	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, зеленым горошком	60	188,4
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на м/б	250	167,14
	Рыба в сметанном соусе	85	217,9
	Рис отварной	180	143,17
	Компот из плодов сухих (смесь)	200	56,1
	Хлеб пшеничный 1 с	35	70,4
	Хлеб ржаной	25	52,5
	<b>Итого на обед</b>	<b>835</b>	<b>895,61</b>
<b>Полдник</b>			
<b>Полдник</b>	Блинчики со сгущенкой	85	200,4
	Чай с сахаром	200	19,9
	<b>Итого на полдник</b>	<b>285</b>	<b>220,3</b>
	<b>Итого на весь день</b>		<b>1 583,21</b>