Утверждаю:

Заведующий МБДОУ д/с Теремок

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ И.Г. Мыстрова

Меню на 30 сентября 2022 г.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование блюда | Вес блюда, г | Энергетическая ценность, ккал |
| Завтрак |  |  |
| Яйцо вареное | 40 |  |
| Зеленый горошек | 40 | 67 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 58,6 |
| Масло сливочное порционное | 5 |  |
| Чай с сахаром | 200 |  |
| Яблоко | 100 | 95 |
| Обед |  |  |
| Суп картофельный с вермишелью | 250 |  |
| Капуста тушеная с мясом кур | 220 | 280 |
| Хлеб пшеничный | 40 |  |
| Хлеб ржаной | 30 |  |
| Компот из с/фруктов | 200 |  |
| Полдник |  |  |
| Вафли | 50 | 177 |
| Молоко | 180 | 97,20 |
|  |  | 1266,34 |