

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОБУ «Д/С № 7 ЛГО»

С.Н.Байтуш

**МЕНЮ НА 13 ОКТЯБРЯ 2023 г.**

Наименование блюда <b>20 день</b>	Масса порции	Калорий ность порции
<b>Завтрак</b>		
Яйцо	40/40	63/63
Икра овощная	40/60	39/59
Бутерброд с повидлом	20/20- 20/20	124/124
Чай	180/200	63/70
<b>II Завтрак</b>		
Сок	125/120	74/71
<b>Обед</b>		
Салат с кукурузы и свежих огурцов	30/50	44/80
Суп картофельный с гречкой	150/180	73/88
Котлета мясная	50/70	101/136
Капуста тушеная	110/130	62/73
Кисель из свежих яблок	150/180	68/81
Хлеб	40/60	43/64
<b>Полдник</b>		
Пудинг творожный со сгущенным молоком	80/20 - 80/20	190/190
Кофейный напиток без молока	150/180	76/93