

2. Чай с сахаром 150г/180г-31,57/37,89 ккал

среда

Утверждено
Заведующий МБДОУ ЦРР-ДС
№10 «Берёзка» г. Светлоград
Заварзина Г.В.
Приказ № 98 от 02.10.2023г

Завтрак

1. Каша геркулесовая молочная 150г/200г-177,6/193ккал
2. Чай с сахаром 150г/180г-31,57/37,89 ккал
3. Хлеб пшеничный 30г/141ккал

Обед

1. Суп картофельный 150г/250г-61/101ккал
2. Плов из курицы 120г/150г-152,6/186,5ккал
3. Компот из сухофруктов 150г/180г-93/111,6ккал
4. Хлеб ржаной пшеничный 30/40г-97,2/141ккал

Полдник

1. Каша геркулесовая молочная 150г/200г-177,6/193ккал
2. Чай с сахаром 150г/180г-31,57/37,89 ккал
1. Вареники ленивые со сметаной прокипяченной 65г/15г-110г/20г-131/225ккал
2. Какао с молоком 150г/180г-89,17/107ккал.

Обед

1. Суп картофельный 150г/250г-61/101ккал
2. Плов из курицы 120г/150г-152,6/186,5ккал
3. Компот из сухофруктов 150г/180г-93/111,6ккал
4. Хлеб ржаной пшеничный 30/40г-97,2/141ккал