

Вторник



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

Завтрак

1. *Каша кукурузная молочная 150г/200г-177,6/193ккал*
2. *Чай с сахаром 150г/180г-31,57/37,89 ккал*
3. *Хлеб пшеничный 30г -77,2/141ккал*

Обед

1. *Борщ с капустой и картофелем со сметанной прокипяченной 150г/250г-46,2/61,6ккал*
2. *Котлета из птицы(говядины) 60г/70г-137,25/160,12ккал*
3. *соус томатный 30г/40г-22,35/29,8ккал*
4. *Макаронные изделия с маслом 120г/150г-122/152,5ккал*
5. *Лимонный напиток 150г/180г-93/111,6ккал*
6. *Хлеб ржаной пшеничный 30г/40г-97,2/141ккал*

Полдник

1. *Пирожок с (капустой, картофелем) 60г/70г-370ккал*
2. *Чай с сахаром 150г/180г-31,57/37,89 ккал*