Вторник

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

Завтрак

1. Каша рисовая молочная жидкая 150г/200г-163,74/177ккал
2.Какао с молоком 150г/180г-89,17/107ккал.
3.Хлеб пшеничный 30г-77,2/141ккал

Обед

1. Суп -лапша домашняя 150г/250г-101,08/134,7ккал

2. Птица отварная 60г/70г-124/144,6ккал

3.Овощи тушенные (капуста, свекла, морковь) 120г/150г-83,52/104,4 ккал
4. Кисель из сухофруктов 150г/180г-93/111,6ккал

5. Хлеб ржаной, пшеничный 30г/40г-97,2/141ккал

Полдник

1. Ватрушка с повидлом 60г/70г-370ккал

2. Чай с сахаром 150г/180г- 75,83/91 ккал