

УТВЕРЖДАЮ  
заведующий МДОУ № 2  
\_\_\_\_\_ Г.И.Позднякова

### МЕНЮ

« 21 » октября 20 22 г.

	Энергетическая ценность	Выход блюда
<b>ЗАВТРАК</b>		
Масло порционное	75	10/10
Каша геркулесовая	144	200/200
Чай с сахаром	58	180/180
Хлеб пшеничный	104,8	40/40
<b>ИТОГО:</b>	<b>381,8</b>	
<b>II ЗАВТРАК</b>		
Яблоко	31	100/100
<b>ИТОГО:</b>	<b>31</b>	
<b>ОБЕД</b>		
Щи, сметана	179,2	200/200/10/10
Плов с курицей	580,5	180/180
Напиток из сухофруктов	117	180/180
Хлеб ржаной	79,2	40/40
Помидор свежий	7,2	50/50
<b>ИТОГО</b>	<b>963,1</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>		
Напиток кисломолочный «Снежок»	103	250/250
Пряник	379,2	50/60
<b>ИТОГО</b>	<b>482,2</b>	