|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *УТВЕРЖДАЮ*  *Заведующий МКДОУ «Детский сад №20»*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е. И. Аппоротова*  *«07» марта 2025 г.* | | | |
| ***10 марта 2025 г.*** | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | ***Выход порции*** | ***Калорийность*** | |
| ***Макароны отварные с маслом***  ***Бутерброд с сыром***  ***Кофейный напиток на сгущенном молоке*** | ***95***  ***25/18***  ***180*** | | ***179,35***  ***57,25***  ***65,2*** |
| ***2 ЗАВТРАК*** |  |  | |
| ***Кисель*** | ***180*** | | ***81,5*** |
| ***ОБЕД*** |  |  | |
| ***Салат из свеклы с солеными огурцами***  ***Суп крестьянский с крупой***  ***Плов из отварной говядины***  ***Компот из сухофруктов***  ***Хлеб ржаной*** | ***40***  ***200/11***  ***165***  ***180***  ***37*** | | ***55,62***  ***167,82***  ***240,62***  ***55,72***  ***79,18*** |
| ***УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК*** |  |  | |
| ***Каша овсяная из «Геркулеса»***  ***Какао с молоком***  ***Хлеб пшеничный***  ***Кислородный коктейль*** | ***200***  ***180***  ***25***  ***45*** | ***210,13***  ***153,92***  ***57,25*** | |