|  |
| --- |
|  *УТВЕРЖДАЮ* *Заведующий МКДОУ «Детский сад №20»* *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е. И. Аппоротова* *«13» марта 2025г.* |
| ***14 марта 2025 г.*** |
| ***ЗАВТРАК*** | ***Выход порции*** | ***Калорийность*** |
| ***Каша ячневая молочная вязкая******Бутерброд с маслом******Кофейный напиток с молоком*** | ***200******20/4******180*** | ***197,48******72,8******131,38*** |
| ***2 ЗАВТРАК*** |  |  |
| ***Сок*** | ***173*** | ***51,2*** |
| ***ОБЕД*** |  |  |
| ***Сельдь с луком******Борщ из свежей капусты со сметаной******Жаркое по-домашнему******Компот из сухофруктов******Хлеб ржаной*** | ***30******200******165******180******29*** | ***64,99******149,04******253,36******55,72******81,3*** |
| ***УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК*** |  |  |
| ***Ватрушка с творогом******Чай с сахаром*** | ***90******180*** | ***402,16******39,0*** |