|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *УТВЕРЖДАЮ*  *Заведующий МКДОУ «Детский сад №20»*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. И. Аппоротова*  *«14» июля2025 г.* | | | |
| ***15июля2025 г.*** | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | ***Выход порции*** | ***Калорийность*** | |
| ***Омлет натуральный***  ***Кукуруза консервированная***  ***Бутерброд с маслом***  ***Чай с сахаром*** | ***70***  ***35***  ***25/4***  ***180*** | | ***93,06***  ***35,7***  ***28,2***  ***91,06*** |
| ***2 ЗАВТРАК*** |  |  | |
| ***Банан*** | ***102*** | | ***51,2*** |
| ***ОБЕД*** |  |  | |
| ***Салат из свежих помидоров***  ***Суп гороховый с гренками***  ***Голубцы ленивые***  ***Компот из яблок с лимоном***  ***Хлеб ржаной*** | ***30***  ***200/5/20***  ***110***  ***180***  ***37*** | | ***35,79***  ***218,9***  ***154,94***  ***59,1***  ***74,9*** |
| ***УЖИН*** |  |  | |
| ***Булочка домашняя***  ***Сок*** | ***70***  ***147*** | ***198,26***  ***57,25*** | |