|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| *УТВЕРЖДАЮ*  *Заведующий МКДОУ «Детский сад №20»*  *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Е. И. Аппоротова*  *«02» июля 2025 г.* | | | |
| ***03 июля*** ***2025 г.*** | | | |
| ***ЗАВТРАК*** | ***Выход порции*** | ***Калорийность*** | |
| ***Плов вегетарианский с сухофруктами***  ***Бутерброд с маслом***  ***Чай с сахаром*** | ***85***  ***24/4***  ***180*** | | ***226,21***  ***86,61***  ***39,0*** |
| ***2 ЗАВТРАК*** |  |  | |
| ***Апельсин*** | ***100*** | | ***55,23*** |
| ***ОБЕД*** |  |  | |
| ***Винегрет овощной***  ***Суп из овощей со сметаной***  ***Рыба тушеная в томате с овощами***  ***Пюре картофельное***  ***Компот из апельсинов с яблоками***  ***Хлеб ржаной*** | ***60***  ***200/8***  ***55/20***  ***100***  ***180***  ***35*** | | ***114,72***  ***106,04***  ***114,52***  ***96,4***  ***57,2***  ***79,18*** |
| ***УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК*** |  |  | |
| ***Каша гречневая вязкая на молоке***  ***Хлеб пшеничный***  ***Какао с молоком*** | ***200***  ***24***  ***180*** | ***198,26***  ***57,25***  ***101,31*** | |