**Ежедневное меню**

**Четверг: день 4**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Завтрак** | **Ясли** | **Сад** |
| Омлет натуральный | 120г | 130г |
| Овощи на подгарнировку | 50гр | 60гр |
| Бутерброд с сыром | 30гр | 30гр |
| Какао с молоком | 150гр | 180гр |
| **Завтрак2** |  |  |
| Фрукт | 100гр | 100гр |
| **Обед:** |  |  |
| Салат из свеклы отварной | 40гр | 60гр |
| Суп рыбный | 170гр | 250гр |
| Гуляш из отварного мяса | 120гр | 160гр |
| Гречка отварная с маслом | 130гр | 150гр |
| Напиток из плодов шиповника | 150гр | 180гр |
| Хлеб витаминизированный | 20гр | 20гр |
| Хлеб ржаной | 20гр | 20гр |
| **Полдник:** |  |  |
| Кондитерское изделие | 50гр | 70гр |
| Молоко кипяченое | 150гр | 180гр |
|  | **ЭЦ за день-1068ккал** | **ЭЦ за день-1315ккал** |

Составил: шеф-повар – Богатырева И.Ю.

Утвердил: заведующий ДОУ – Сасова.С.Ю.