

ОЗОРНИКИ



День 9

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МБДОУ № 16 «Аленка»
Спасска Т.С.

МЕНЮ

« 08 » МАЯ 2024 г.

	ясли	сад
ЗАВТРАК		
Каша молочная «Дружба»	150	180
Бутерброд с маслом	20/5	30/7
Какао напиток с молоком	150	180
Сок	100	100
ОБЕД		
Икра кабачковая	30	30
Борщ из свежей капусты с мясом птицы, со сметаной	150/3	180/4
Жаркое по-домашнему	150	180
Компот из сухофруктов	150	180
Хлеб пшеничный/ржаной	40	50
ПОЛДНИК		
Булка домашняя	110	110
Яблоко	1	1
Молоко <i>каб</i>	150	180

Здоровое питание

Здорового питания:

мясом, птицей или рыбой. Достаточно 2-3 порций по 50-100 грамм.

Пищевая пирамида

Завтрак



Второй завтрак



Обед



Полдник

