

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий МДОУ

«Детский сад комбинированного вида № 24 «Кораблик»

Октябрьского района города Саратова

Жарова Е.В.

« 30 » июня 2025 года

**ЗАВТРАК**

Объем блюд К/кал

|                                          |     |        |
|------------------------------------------|-----|--------|
| 1.Яйцо вареное. Отварные рожки с маслом. | 200 | 198,04 |
| 2.Чай с лимоном, сахаром.                | 180 | 118,29 |
| 3.Хлеб пшеничный с маслом.               | 34  | 149,06 |
| 4. 10час. Сок фруктовый                  | 100 | 50     |

**ОБЕД**

|                                                          |        |        |
|----------------------------------------------------------|--------|--------|
| 1.Свекольник на м/к бульоне.                             | 200    | 149,1  |
| 1.Каша гречневая рассыпчатая.<br>Бефстроганов из печени. | 130/80 | 131,7  |
| 3.Компот из с/фруктов с сахаром.                         | 180    | 111,84 |
| 4.Хлеб ржан/пшен                                         | 46/28  | 100/92 |

**ПОЛДНИК**

|                                    |     |       |
|------------------------------------|-----|-------|
| 1.Кисель из с/м фруктов с сахаром. | 180 | 95,4  |
| 2. Домашняя булочка.               | 70  | 248,0 |

**УЖИН**

|                                  |     |        |
|----------------------------------|-----|--------|
| 1.Сырники из творога с повидлом. | 150 | 415,32 |
| 2. Кофейный напиток с сахаром.   | 180 | 118,29 |
| 3Хлеб пшеничный.                 | 28  | 92     |
| 4.Апельсин.                      | 100 | 43,0   |

**Рекомендации родителям:**

Салат овощной.