



**УТВЕРЖДЕНО**

**Заведующий МБДОУ  
«Детский сад «Теремок» с. Раздолье»**

**Н.В. Михайлишин**

**Приказ № 174 от 02.06.2025**

## **МЕНЮ 14 октября 2025 г.**

**на завтрак мы будем кушать**

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>	<b>Ккалории</b>
1	Каша молочная из пшена и риса «Дружба»	200/160	172/213
2	Бутерброд с сыром	36/41	116/126
3	Какао с молоком	150/180	89/107

**2-й завтрак**

1	Фруктовый сок	110/130	48/57
---	---------------	---------	-------

**а на обед мы будем кушать**

1	Салат из свежих огурцов	40/60	26/40
2	Суп картофельный с горохом и гренками	150/200	80/107
3	Плов из птицы	130/200	184/287
4	Хлеб пшеничный	10/20	36/45
5	Хлеб ржаной	30/40	63/79
6	Компот из сухофруктов	150/180	85/102

**и на полдник будем кушать**

1	Вареники ленивые, отварные	105/125	218/259
2	Соус сметанный	20/20	15/15
3	Чай с лимоном	150/180	29/41
4	Кондитерское изделие	30/40	125/167