

«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ «Зюринский детский сад»

Абузарова Р.М.

Меню на 11.12 2024 год

**Завтрак**

|   |                                       |        |
|---|---------------------------------------|--------|
| 1 | Каша вязкая геркулесовая мол.с маслом | 200    |
| 2 | Какао напиток с молоком               | 200    |
| 3 | Хлеб пшеничный с маслом и сыром       | 40/5/6 |

**Второй завтрак**

|   |               |     |
|---|---------------|-----|
| 4 | Сок фруктовый | 100 |
|---|---------------|-----|

**Обед**

|    |                                        |     |
|----|----------------------------------------|-----|
| 5  | Винегрет овощной                       | 55  |
| 6  | Щи из св.капусты на кур./б.со сметаной | 200 |
| 7  | Плов мясной                            | 200 |
| 8  | Компот из с\ф                          | 200 |
| 9  | Хлеб пшеничный                         | 20  |
| 10 | Хлеб ржаной                            | 50  |

**Уплотненный полдник**

|    |                       |     |
|----|-----------------------|-----|
| 11 | Кефир нежирный        | 100 |
| 12 | Ватрушка с повидлой   | 80  |
| 13 | Чай сладкий с молоком | 200 |
| 14 | Фрукты свежие         | 100 |