

"УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МДОБУ "Ичалковский детский сад"

Вильдиманова Е.Н.



# ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

Дата

29 января 2024 г.

## ЗАВТРАК

1. Каша гречневая рассыпчатая, 170 гр.
2. Кофейный напиток на молоке, 180 гр.
3. Хлеб пшеничный с маслом, 37/4/гр.

## Второй завтрак

1. Яблоко свежее, 163 гр.

## ОБЕД

1. Салат из зеленого горошка, 42 гр.
2. Суп мясной со сметаной, 200 гр.
3. Тушеная капуста с мясом, 180 гр.
4. Кисель фруктовый. 200 гр.
5. Хлеб ржаной/ пшеничный, 33/37 гр.

## ПОЛДНИК

1. Творожная запеканка, 100 гр.
2. Кефир с сахаром, 140 гр.
3. Морковь тертая, 60 гр.
4. Повидло, 30 гр.

Повар

Косолапова Л В.