



"УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий МДОБУ "Ичалковский детский сад"

Вильдиманова Е. Н.

# ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

Дата 31 января 2024 г.

## ЗАВТРАК

1. Каша рисовая молочная, 200 гр.
2. Чай с сахаром, 170 гр.
3. Хлеб пшеничный с маслом, 25/4/ гр.

## Второй завтрак

1. Яблоко свежее, 160 гр.

## ОБЕД

1. Винегрет с растительным маслом, 70 гр.
2. Борщ мясной со сметаной, 200 гр.
3. Плов с мясом индейки, 230 гр.
4. Компот из сухофруктов, 200 гр.
5. Хлеб ржаной/ пшеничный, 100/25 гр.

## ПОЛДНИК

1. Сырники из творога, 90 гр.
2. Какао на молоке, 190 гр.
3. Морковь тертая с растительным маслом, 60 гр.
4. Яблоко свежее, 160 гр.

Повар

Косолапова Л.В.