



"УТВЕРЖДАЮ"  
Заведующий МДОБУ "Ичалковский детский сад"  
Вильдиманова Е. Н.

# ВКУСНО И ПОЛЕЗНО

Дата 14 февраля 2024 г.

## ЗАВТРАК

1. Каша гречневая молочная, 200 гр.
2. Чай с сахаром, 170 гр.
3. Хлеб пшеничный с маслом, 47/4/ гр.

## Второй завтрак

1. Сок яблоко - персик, 107 гр.

## ОБЕД

1. Винегрет с растительным маслом, 60 гр.
2. Щи рыбные со сметаной, 200 гр.
3. Плов из мяса индейки, 230 гр.
4. Компот из сухофруктов, 200 гр.
5. Хлеб ржаной/ пшеничный, 47/44 гр.

## ПОЛДНИК

1. Сырники из творога, 140 гр.
2. Кофейный напиток на молоке, 200 гр.
3. Морковь тертая с растительным маслом, 60 гр.
4. Яблоко, 152 гр.

Повар

Косолапова Л.В.