УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ "Детский сад №21 "Радуга"

О.Н. Кудрявцева

М.П.



на «13» октября 2026 года

ЗАВТРАК

Наименование	Вес порции (ясли/сад)
Каша ячневая молочная	150/200 г.
Какао на молоке	180/200 г.
Бутерброд с маслом	20/5-40/7 г.

2 ЗАВТРАК

Сок яблочный	100 г.

ОБЕД

Суп с крупой и мясом	180-200 г.
Голубцы ленивые с томатной подливой	60/80 г.
Картофельное пюре	110/130 г.
Свекла отварная	40/50 г.
Компот из сухофруктов	150/180 г.
Хлеб пшеничный/ржаной	30/30 г.

ПОЛДНИК

Вареники ленивые с молоком сгущенным	130/30 г.- 130/30 г.
Кефир	150/200 г.
Яблоко	100/100г.