УТВЕРЖДАЮ:
***Заведующий МБДОУ "Детский сад №21 "Радуга"***

О.Н. Кудрявцева

М.П.




**на «22» октября 2026 года**

## ЗАВТРАК

| Наименование | Вес порции (ясли/сад) |
|---|---|
| Каша овсяная «Геркулес» молочная | 150/200 г. |
| Кофейный напиток на молоке | 180/200 г. |
| Бутерброд с маслом | 20/5-40/7 г. |

## 2 ЗАВТРАК

| | |
|---|---|
| Сок яблочный | 100 г. |

## ОБЕД

| | |
|---|---|
| Суп крестьянский | 180/200 г. |
| Жаркое по-домашнему | 150/200 г. |
| Салат из квашеной капусты с горошком | 50/60 г. |
| Компот из сухофруктов | 150/180 г. |
| Хлеб пшеничный/ржаной | 30/30 г. |

## ПОЛДНИК

| | |
|---|---|
| Оладьи из творога | 140/160 г. |
| Фрукты | 100 г. |
| Ряженка | 150/200 г. |