

Утверждаю
Заведующий МКУ
и сад № 30 «Незабывайкино»
Шпилеков

«12» сентября 2024 г.

МЕНО

	Для детей от 1 до 3-х лет	Для детей от 3-х до 7 лет	Калорийность до 3-х лет	Калорийность от 3-х до 7 лет
Завтрак				
Каша овсяная молочная жидкая	150	160	126	140
Бутерброды с сыром	20/7	21/8	120	130
Кофейный напиток с молоком	170	200	111	140
Второй завтрак				
10.00 – Кефир	108	117	50	60
Обед				
Салат из капусты белокочанной	30	50	24	44
Борщ с капустой и картофелем	150	200	73	120
Плов из говядины	109/42	135/44	221	240
Компот из смеси сухофруктов	150	200	74	120
Хлеб пшеничный	35	39	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	20	21	50	55
Уплотненный полдник				
Шанежка наливная	55	60	166	170
Рагу из овощей	150	200	189	220
Чай с сахаром	150	200	60	110
Хлеб ржано-пшеничный	20	21		
Бананы	105 200	140 200	100	100

Калькулятор _____ Спицина Е.В.

Повар Соловьев А.С.