



Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 30 «Незабудка»
Шпилекова К.А.

« 15 » марта 2024 г.

МЕНЮ

	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	133	150
Бутерброды с повидлом	30 / 8	35 / 9	140	150
Чай с <u>сахаром</u>	170	200	94	120
Второй завтрак				
10.00 – Ряженка	118	128	87	100
Обед				
<u>Салат из капусты белок.</u>	30	50	87	95
Борщ с капустой и картофелем	150	200	46	100
Плов из говядины	109 / 43	135 / 46	242	280
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	200	72	120
Хлеб пшеничный	30	44	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	20	24	50	55
Уплотненный полдник				
Фрукт <u>Мандарин 1шт.</u>	100	100	44	44
<u>Блинчик 1/1шт.</u>	180	125, 9	150	108
Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	200	182	210
Кофейный напиток на сгущенном молоке	150	200	78	100
Хлеб ржано-пшеничный	20	24	50	55

Калькулятор

Спицина Е.В.

Повар

Создкова М.С.