

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Детский сад № 30 «Незабудка»
И.И. Шпилёков

« 15 » декабря 2023 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	133	145
Бутерброды с повидлом	22/10	24/12	140	150
Чай с молоком	170	200	94	130
Второй завтрак				
10.00 – Ряженка	98	104	87	95
Обед				
Сельдь с луком	55	65	65	80
Борщ с капустой и картофелем	150	200	46	100
Плов из говядины	109/42	135/43	242	260
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	200	72	120
Хлеб пшеничный	38	44	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	20	24	50	55
Уплотненный полдник				
Фрукт <i>мандарин</i>	1шт. 100	1шт. 100	47	47
Вафли	1шт. 20	1шт. 20	105	105
Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	200	182	210
Кофейный напиток на сгущенном молоке	150	200	78	120
Хлеб ржано-пшеничный	20	24	50	55

Калькулятор _____ Спицина Е.В.

Повар Созоков Н.С.