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

«19» января 2024г.

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	145
Бутерброды с повидлом	18/9	20/10	140	155
Чай с молоком	170	200	94	120
Второй завтрак				
10.00 – Ряженка	103	111	87	95
Обед				
Сельдь с луком	50	60	65	90
Борщ с капустой и картофелем	150	200	46	95
Плов из говядины	109/42	135/43	240	260
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	200	72	120
Хлеб пшеничный	42	50	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	18	20	50	55
Уплотненный полдник				
Фрукт мандарин	1шт 100	1шт 100	47	47
Вафли	1шт 20	1шт 20	50	50
Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	200	182	220
Кофейный напиток с молоком	150	200	78	120
Хлеб ржано-пшеничный	18	20	50	55

Калькулятор _____ Спицина Е.В.

Повар _____ Арчибалова И.С.