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

«22» января 2021 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 гречневая вязкая	104	125	120	130
Бутерброды с повидлом	18/9	25/10	114	125
Чай с сахаром	170	200	85	120
Второй завтрак				
10.00 – Сок фруктовый	90	96	46	50
Обед				
Салат из свеклы отварной	30	50	35	55
Суп-харчо	150	200	69	120
Оладьи из печени по-кунцевски	64	73	160	170
Пюре картофельное	110	130	70	90
Компот из смеси сухофруктов	150	200	60	110
Хлеб пшеничный	42	50	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	18	20	50	55
Уплотненный полдник				
Сдоба обыкновенная	55	60	189	195
Омлет натуральный	117	139	200	210
Ряженка	127	133	75	80
Хлеб ржано-пшеничный	18	20	50	55

Калькулятор _____ Спицина Е.В.

Повар _____ Арчибасова И.С.