

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

«24» апреля 202 г.

## МЕНЮ

|                                            | Для детей от 1<br>до 3-х лет | Для детей от<br>3-х до 7 лет | Калорийность<br>до 3-х лет | Калорийность от<br>3-х до 7 лет |
|--------------------------------------------|------------------------------|------------------------------|----------------------------|---------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                             |                              |                              |                            |                                 |
| Каша рисовая молочная жидкая               | 150                          | 160                          | 110                        | 125                             |
| Бутерброды с сыром                         | 25/10                        | 27/13                        | 110                        | 120                             |
| Кофейный напиток с молоком                 | 170                          | 200                          | 109                        | 110                             |
| <b>Второй завтрак</b>                      |                              |                              |                            |                                 |
| 10.00 – Кефир                              | 93                           | 99                           | 50                         | 60                              |
| <b>Обед</b>                                |                              |                              |                            |                                 |
| Салат картофельный                         | 30                           | 50                           | 77                         | 100                             |
| Суп картофельный с клецками                | 150                          | 200                          | 106                        | 140                             |
| Котлеты из птицы припущенные               | 62                           | 70                           | 149                        | 170                             |
| Капуста тушеная                            | 110                          | 130                          | 54                         | 80                              |
| Кисель из сока плодового или<br>ягодного   | 150                          | 200                          | 78                         | 100                             |
| Хлеб пшеничный                             | 31                           | 41                           | 98                         | 105                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                       | 15                           | 18                           | 50                         | 55                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>                 |                              |                              |                            |                                 |
| Фрукт <i>яблоко</i>                        | 105. 150                     | 105. 150                     | 80                         | 80                              |
| Печенье                                    | 105. 20                      | 105. 20                      | 50                         | 50                              |
| Запеканка из творога (молоко<br>сгущенное) | 109/7                        | 125/9                        | 236                        | 250                             |
| Чай с лимоном                              | 150                          | 200                          | 61                         | 100                             |
| Хлеб ржано-пшеничный                       | 25                           | 27                           | 70                         | 75                              |

Калькулятор

Спицина Е.В.

Повар

Созорова Н.С.