

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

«18» ноября 2023 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 пшениная молочная жидкая	150	160	118	120
Бутерброды с повидлом	18/9	25/10	138	150
Чай с молоком	140	200	129	150
Второй завтрак				
10.00 – Ряженка	98	112	87	95
Обед				
Винегрет овощной	30	50	35	55
Щи из свежей капусты с картофелем	150	200	56	100
Гуляш из отварной говядины	42/20	43/30	160	180
Каша гречневая вязкая	100	117	84	100
Компот из яблок с лимоном	150	200	81	120
Хлеб пшеничный	32	37	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	15	21	50	55
Уплотненный полдник				
Коржик молочный	55	60	155	165
Омлет натуральный	117	139	162	180
Сок фруктовый	130	144	92	100
Хлеб ржано-пшеничный	15	21	70	75

Калькулятор

Спицина Е.В.

Повар

Артемьев И.С.