

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

«29» декабря 2023г.

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	150
Чай с молоком	170	20	94	130
Второй завтрак				
10.00 – Ряженка	64	66	87	92
Обед				
Сельдь с луком	35	45	65	75
Борщ с капустой и картофелем	150	200	46	100
Плов из говядины	109/23	135/25	242	270
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	200	72	120
Хлеб пшеничный	32	37	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	15	21	50	55
Уплотненный полдник				
Фрукт <i>манго</i>	1шт. 100	1шт. 100	47	47
Вафли	1шт. 20	1шт. 20	50	50
Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	200	182	200
Кофейный напиток на сгущенном молоке	150	200	78	120
Хлеб ржано-пшеничный	15	21	70	75

Калькулятор

Спицина Е.В.

Повар

Сорокина М.С.