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

«30» 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 пшенная молочная жидкая	150	160	118	130
Бутерброды с повидлом	18/9	20/10	138	145
Чай с молоком	170	200	129	150
Второй завтрак				
10.00 – Ряженка	98	100	87	95
Обед				
Винегрет овощной	30	50	35	55
Щи из свежей капусты с картофелем	150	200	56	106
Гуляш из отварной говядины	42/20	43/30	160	180
Каша гречневая вязкая	104	125	84	95
Компот из яблок с лимоном	150	200	81	120
Хлеб пшеничный	42	50	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	18	20	50	55
Уплотненный полдник				
Коржик молочный	55	60	155	165
Омлет натуральный	117	139	162	175
Сок фруктовый	135	143	92	100
Хлеб ржано-пшеничный	18	20	50	55

Калькулятор _____ Спицина Е.В.

Повар _____ Сазонова Н.С.