

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

«16» января 2024 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 овсяная молочная жидкая	150	160	133	145
Бутерброды с повидлом	20/9	23/10	140	150
Чай с молоком	170	200	94	130
Второй завтрак				
10.00 – Ряженка	108	114	87	95
Обед				
Сельдь с луком	60	70	65	80
Борщ с капустой и картофелем	150	200	146	100
Плов из говядины	109/42	135/44	242	270
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	200	72	120
Хлеб пшеничный	40	42	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	20	23	50	55
Уплотненный полдник				
Фрукт <u>мандарин</u>	1шт 100	1шт 120	50	50
Вафли	1шт 20	1шт 20	50	50
Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	200	170	220
Кофейный напиток на сгущенном молоке	150	200	78	120
Хлеб ржано-пшеничный	20	23	50	55

Калькулятор

Спицина Е.В.

Повар

Арибаева И.С.