

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

«1» марта 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	30/9	32/11	140	150
Чай с молоком	170	200	94	1020
Второй завтрак				
10.00 – Ряженка	108	117	87	100
Обед				
Сельдь с луком	40	55	65	100
Борщ с капустой и картофелем	150	200	46	95
Плов из говядины	109/42	135/44	242	260
Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	200	72	120
Хлеб пшеничный	30	54	98	105
Хлеб ржано-пшеничный	20	21	50	55
Уплотненный полдник				
Фрукт <u>Мандарин</u>	1шт. 100	1шт. 100	47	47
Вафли	1шт. 20	1шт. 20	50	50
Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	200	182	220
Кофейный напиток на сгущенном молоке	150	200	78	120
Хлеб ржано-пшеничный	20	21	50	55

Калькулятор Спицина Е.В.

Повар Арибаева И.С.