



Утверждаю:

Зав. МДОУ Д/С №30

Никанорова Е.А.

Меню на 19.06.26



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	
		Я	С
Вода питьевая на весь день 0,300 мл			
Завтрак:	Каша геркулесовая молочная, сладкая со слив. маслом	150	200
	Бутерброд с маслом	15/4	20/5
	Кофейный напиток с молоком, с сахаром	150	200
2 З-К:	фрукт	95	100
Обед:	Салат из свеклы с чесноком	40	60
	Суп рыбный с крупой	150	200
	Котлета рыбная	60	70
	Пюре картофельное со слив. маслом	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50
	Кисель из ягод, сладкий	150	200
П-К:	Кефир	100	150
	Батон пшеничный	15	20
У-Н	Омлет натуральный с подгарнировкой	140/40	160/50
	Батон пшеничный	15	20
	Чай с сахаром	150	200
	✓		