



Утверждаю:
И.О. Зав. МДОУ ДС №30

Никанорова Е.А.

Меню на 21.09.26



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда Я С	
Вода питьевая на весь день 0,300 мл.			
Завтрак:	Каша ячневая, молочная с сахаром со слив. маслом	150	200
	Бутерброд с сыром	15/6	20/10
	Кофейный напиток с молоком с сахаром	180	200
2 3-К:	фрукт	95	100
Обед:	Салат из св.капусты	40	60
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	200
	Котлета мясная «Домашняя» с соусом	50/30	70/30
	Рис отварной с маслом	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40
	Компот из св. фруктов, сладкий	150	200
	П-К:	Кефир	120
	Кондитерские изделия	10	10
Ужин:	Запеканка творожная «Царская», сладкая со сметанным соусом	130/30	150/30
	Чай с сахаром	150	200