



Утверждаю:

И.О. Зав. МДОУ Д/С №30

Никанорова Е.А.

Меню на 23.01.26



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	
		Я	С
Вода питьевая на весь день 0,300 мл			
Завтрак:	Каша геркулесовая, жидкая, молочная сладкая со слив. маслом	150	200
	Бутерброд с сыром	15/6	20/10
	Кофейный напиток с молоком с сахаром	150	200
2 3-К:	фрукт	95	100
Обед:	Салат из кв. капусты	40	60
	Суп «Уха»	150	200
	Гуляш из отварного мяса	60	80
	Макароны отварные с маслом	130	150
	Хлеб ржано-пшеничный	30	40
	Кисель из свежесам. ягод, сладкий	150	200
П-К:	Кефир	100	150
	Батон пшеничный	15	20
Ужин:	Суфле творожное со сладкой глазурью	140	150
	Чай, с сахаром	150	200