

Утверждаю:

Зав. МДОУ Д/С №30

Никанорова Е.А.

Меню на 30.01.26

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 со слив.маслом	15/4	20/5
	Кофейный напиток с молоком, с сахаром	150	200
2 3-К:	фрукт	95	100
Обед:	Икра морковная	40	60
	Суп рыбный	150	200
	Котлета рыбная	60	70
	Пюре картофельное со слив. маслом	150	170
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50
	Кисель из ягод, сладкий	150	200
П-К:	Молоко	100	150
	Бутерброд с повидлом	15/10	20/20
У-Н	Омлет натуральный, с подгарнировкой	130/30	150/40
	Батон пшеничный	15	20
	Чай с сахаром	150	200