



Утверждаю:

И.О.Зав. МДОУ ДС №30

Никанорова Е.А.



Меню на 30.06.26

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	
		Я	С
	Вода питьевая на весь день 0,300 мл		
Завтрак:	Каша жидкая, пшеничная, молочная сладкая с маслом	180	200
	Бутерброд с маслом	15/4	20/5
	Чай, с сахаром	150	200
2 З-К:	Я-Компот из св. фруктов, сладкий	150	200
	С-Сок		
Обед:	Огурец соленый, кусочком	30	40
	Суп Гороховый с гренками	150	200
	Жаркое «По-Домашнему» с мясом	180	200
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50
	Компот из изюма, сладкий	150	200
П-К:	Кефир	100	150
	Батон пшеничный	15	20
Ужин:	яйцо	20	20
	Винегрет овощной с раст. маслом	150	180
	Чай с сахаром	150	200
	Батон пшеничный	15	20
	фрукт	95	100