

Утверждаю:

Зав. МДОУ Д/С №30

Меренкова Е.В

Меню на 16.01.26

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 повидлом	15/10	20/20
	Кофейный напиток с молоком, с сахаром	150	200
2 3-К:	фрукт	95	100
Обед:	Огурец соленый, кусочком	40	60
	Суп «Щи» со св. капустой, со сметаной	150	200
	Жаркое «По-Домашнему» с мясом	180	200
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50
	Кисель из кураги, сладкий	150	200
П-К:	Кефир	100	150
	Батон пшеничный	15	20
У-Н	Вареники ленивые, творожные, со сметанным соусом	130/30	150/30
	Чай с сахаром	150	200