

Утверждаю:

Зав. МДОУ ДС №30

Меренкова Е.В.



Меню на 30.09.25

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда Я С	
Вода питьевая на весь день 0,300 мл			
Завтрак:	Каша жидкая, «Геркулесовая», молочная сладкая с маслом	180	200
	Бутерброд с сыром	15/6	20/10
	Какао с молоком, сладкий	150	200
2 3-К:	Компот из свежих зам. ягод и яблок, сладкий	150	200
	Обед:	Салат из св.огурцов	40
	Суп Гороховый с гренками	150	200
	Капуста тушеная с мясом	150	180
	Хлеб ржано-пшеничный	40	50
	Компот из кураги, сладкий	150	200
П-К:	Кефир	100	150
	Кондитерские изделия	10	10
Ужин:	яйцо	20	20
	Винегрет овощной	180	200
	Батон пшеничный	15	20
	Чай с сахаром	150	200
	фрукт	95	100