

УТВЕРЖДАЮ :

Заведующий МАДОУ № 30

З.В.Вовк

МЕНЮ МАДОУ № 30

День: **Среда**

Неделя: **вторая**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
	ясли(к/кал)	сад(к/кал)
Завтрак:		
Омлет запеченый или паровой	150 (236)	150 (236)
Батон витаминный («Валетек-8») с маслом	20/5 (85,1)	30/7 (124,3)
Чай	150 (27)	200 (36)
2 Завтрак:		
Напиток яблочный	150 (47)	200 (63)
Обед:		
Суп картоф.с птицей и сметаной	150/10/5(94,6)	200/10/5(126,1)
Биточки(котлеты)из мяса кур	60 (158)	80 (211)
Макаронные изделия отварные	110 (137,9)	130 (162,9)
Соус томатный	20 (15)	30 (22)
Компот из кураги (или изюма, чернослива, сухофруктов)	150 (77,25)	200 (92,7)
Хлеб дарниц.обогащ. «Валетек - 8»	30 (64,8)	37 (80)
Хлеб пшенич.обогащ. «Валетек – 8»	20 (47,2)	30 (70,8)
Полдник:		
Пирожки печеные с картошкой	50 (79,1)	50 (79,1)
Чай	150 (27)	200 (36)

Рекомендуемый ужин (дома)

Запеканка из творога	150	200
Соус молочный сладкий	30	30
Молоко кипяченое	180	180
Батон обогащённый	30	30

Рекомендуемый ужин № 2 (дома)

Кефир обогащенный	150	180