

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ № 30

З.В.Вовк

## МЕНЮ МАДОУ № 30

День: 05.06.2026г.

Неделя: вторая

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
	ясли(к/кал)	сад(к/кал)
<b>Завтрак:</b>		
Сыр твердых сортов в нарезке	10 (35,8)	10 (35,8)
Каша «Дружба»	120 (101,4)	150 (126,8)
Какао с молоком	150 (60,8)	200 (100,4)
Яблоко	70 (31,1)	70 (31,1)
Хлеб ржано-пшеничный	30 (58,7)	40 (78,2)
<b>2 Завтрак:</b>		
Молоко кипяченое	180 (100)	180 (100)
<b>Обед:</b>		
Суп картоф.с макарон.изделиями	150 (89,7)	200 (119,6)
Котлеты рыбные (минтай)	60 (68,6)	80 (91,5)
Картофельное пюре	120 (111,5)	150 (139,4)
Соус молочный натуральный	20 (23,8)	20 (23,8)
Компот из смеси сухофруктов	150 (60,8)	200 (81)
Хлеб ржано-пшеничный	30 (58,7)	40 (78,2)
<b>Полдник:</b>		
Котлеты капустные	110 (154,8)	150 (193,5)
Кисель из концентрата на фруктовых или ягодных экстрактах	180 (68)	180 (68)
<b>Ужин:</b>		
Каша гречневая рассыпчатая	120 (187)	150 (233,7)
Гуляш из говядины	60 (139,2)	80 (185,6)
Чай с сахаром	150 (19,6)	200 (26,8)
Яблоко	70 (31,1)	70 (31,1)
Хлеб ржано-пшеничный	30 (58,7)	40 (78,2)
<b>Рекомендуемый ужин № 2 (дома)</b>		
Ряженка	150	180