

УТВЕРЖДАЮ :

Заведующий МАДОУ № 30

З.В.Вовк

03.09.2026

МЕНЮ МАДОУ № 30

День: 03.09.2026г.

Неделя: первая

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	
	ясли(к/кал)	сад(к/кал)
Завтрак:		
Сыр твердых сортов в нарезке	10 (35,8)	15 (53,7)
Каша «Дружба»	120 (101,4)	150 (126,8)
Какао с молоком	150 (60,8)	200 (100,4)
Хлеб ржано-пшеничный	30 (58,7)	40 (78,2)
2 Завтрак:		
Сок фруктовый (в индивид.упаковке)	200 (92)	200 (92)
Обед:		
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150 (82,8)	200 (110,4)
Запеканка картофельная с печенью	120 (192)	150 (240)
Соус сметанный	20 (18,6)	20 (18,6)
Компот из смеси сухофруктов	150 (60,8)	200 (81)
Хлеб ржано-пшеничный	40 (78,2)	40 (78,2)
Полдник:		
Сырники	50 (106,7)	100 (213,4)
Кисломолочный напиток	150 (100,5)	200 (133)
Ужин:		
Плов из отварной говядины	120 (209,3)	150 (261,6)
Чай с сахаром	150 (19,6)	200 (26,8)
Хлеб ржано-пшеничный	30 (58,7)	40 (78,2)
Рекомендуемый ужин № 2 (дома)		
биокефир	150	180
батон витаминизированный	--	20