

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ №30
Григорьева И.В.
«12» ноября 2024г.



Меню-10 день

Завтрак

Омлет натуральный - 160/160

Икра кабачковая 80/90

Чай с лимоном - 180/200

Батон с маслом, сыром - 20/5/9-25/5/13

Позавтрак - 10ч.

Сок - 100/125

Обед

Салат из свеклы с чесноком - 40/60

Щи из капусты со сметаной и мясом - 155/8-206/10

Гуляш с рассыпчатой кашей - 30/30-40/40- 110/185

Компот из сухофруктов - 170/200

Хлеб пшеничный - 20/40

Хлеб ржаной - 30/50

Уплотненный полдник

Овощи свежие - 40/60

Тефтели рыбные, картофель отварной - 60/70- 120/130

Кофейный напиток с молоком - 180/200

Хлеб - 20/25

Ужин

Кисломолочный продукт - 180/200

Фрукты - 100/100