

Утверждаю

Заведующий МБДОУ «Детский сад №3»

Л.Р.Шестова



Меню на 30.06.2025г.

	Наименование	Масса	Калорийность
Завтрак	1.Каша вязкая пшеничная молочная.	200	193
	2.Кофейный напиток с молоком.	180	84
	3.Бутерброд с маслом сливочным.	36	117.90
Второй завтрак	1.Йогурт.	150	91
Обед	1.Салат со свеклы с зеленым горошком.	60	71.26
	2.Суп картофельный с бобовыми.	180	136.15
	3.Суфле куриное.	80	141.50
	4.Рагу овощное.	150	139.70
	5.Компот из сухофруктов.	180	62.79
	6.Хлеб ржаной.	50	74.25
Полдник уплотненный блюдами ужина	1.Рыба запеченная в омлете.	80	107
	2.Каша рассыпчатая с овощами.	150	139.76
	3.Сок фруктовый.	180	123
	4.Яблоко свежее.	100	32.17
	5.Хлеб пшеничный.	50	132.68