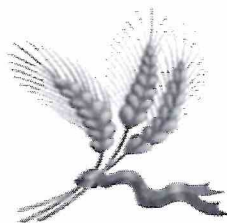


Утверждено

Р.Ю. Чекина

Заведующая

МАДОУ д/с «Колосок»



Меню на 30 Июля 2026 года

Наименование блюда	Масса порции (гр)			Калорийность порции	
	Сад	Меню2	Ясли	САД/Меню 2	ЯСЛИ
Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	180	180	150	236,2	196
Бутерброд с маслом	45	45	35	183	160
Кофейный напиток с молоком	180	180	150	46	38,3
2й завтрак					
Соки фруктовые и ягодные	0	200	0	117	0
Обед					
Суп картофельный с бобовыми на м/б	180	180	150	119,7	99,8
Котлеты рыбные запеченные	70	70	70	163,7	163,7
Картофель отварной	130	130	110	144	121,8
Овощи натуральные (свеж.помидор)	30	30	30	33	33
Компот из кураги и изюма	180	180	150	89,2	74,3
Соус сметанный	20	20	20	31	31
Хлеб ржано-пшеничный	40	40	30	88,8	66,7
Полдник					
Кисломолочный напиток(кефир)	150	150	150	86	86
Пряник	35	35	35	143	143
Ужин					
Омлет натуральный	110	110	110	181,2	181,2
Хлеб пшеничный	30	30	30	76,5	76,5
Напиток из плодов шиповника	180	180	150	86,7	85