



«Сутверждаю»
 Заведующий МДОУ ВМР
 «Детский сад № 20 «Островок»
 Д.А. Саенко

МЕНЮ

На 30 января 2025 года

Наименование продукта	Выход		Калорийность	
	Ясли	Сад	Ясли	Сад
Завтрак				
Суп молочный с гречневой крупой	150	200	106.65	142.2
Бутерброд с повидлом	25	35	105.7	136.0
Какао с молоком	160	180	95.12	107.01
2 завтрак				
Сок фруктовый	100	100	46.0	46.0
Обед				
Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	180	200	74.02	97.8
Жаркое домашнему с мясом птицы	170	200	232.93	335.95
Компот из смеси сухофруктов	150	180	84.75	101.7
Хлеб пшен/ржан	20/20	20/30	47.3/34.66	47.3/52.0
Полдник				
Печенье	40	50	149.2	186.5
Чай с сахаром	160	200	36.44	45.55
Ужин				
Рисовая каша молочная, жидкая	150	200	150.93	201.25
Чай с сахаром	180	200	39.96	44.4
Хлеб пшен/ржан	20/20	20/20	47.3/34.66	47.3/34.66

Рекомендации родителям

На вечерний прием пищи: фрукты, йогурт.

Медсестра _____ Ю.В Ирейкина