

Утверждаю  
Заведующая МДОУ «Светлячок»

С.В.Ковалева

МЕНЮ 04.08.2025 г.

|                | Наименование блюда          | Выход блюда     | Энергетическая<br>ценность |
|----------------|-----------------------------|-----------------|----------------------------|
| Завтрак        |                             |                 |                            |
|                | 1.Манная молочная каша      | 150/200         | 90,58/134                  |
|                | 2.Хлеб с маслом             | 30-4-11/40-5-16 | 91,33/114,66               |
|                | 3.Чай с молоком             | 150/200         | 43/4377/89                 |
|                |                             |                 |                            |
| 2-й<br>завтрак | Сок                         | 100/100         |                            |
|                |                             |                 |                            |
| Обед           | Салат из свежих овощей      | 40/60           | 29,49/44,23                |
|                | 1. Суп рыбный из консервов  | 180/200         | 100/167                    |
|                | 2.Гречка, гуляш             | 180/220         | 162/243                    |
|                | 3.Компот из сухфруктов      | 180/200         | 73,2/87,84                 |
|                |                             |                 |                            |
| Полдник        | 1.Макароны с маслом и сыром | 70/70           | 172/259                    |
|                | 2. Напиток из яблок         | 180/200         | 28/40                      |