



Утверждаю:
ИО Заведующего д/с №3 Вершинина Н.В.



Меню 30.12.2025.

Завтрак	Выход порций	Калорийность
Каша кукурузная	150/200	215,7/287,7
Бутерброд с повидлом	30/10	161,0
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8
II завтрак		
Фрукты	100	47,0
Обед		
Щи со сметаной	180/200	69,1/92,2
Голубцы ленивые	120/160	202,3/269,8
Перловка отварная	120/150	140,2/175,3
Сок	150/180	76,2/91,4
Хлеб	50/70	117,5/164,5
Полдник		
Блины со сгущенным молоком	70/10	237,0
Чай черный с лимоном	150/200	20,9/27,9

м/с Тетеревкова В.А.