

Утверждаю:  
 Заведующий МКДОУ ЦРР- ДС №36  
 «Ласточка» г.Светлоград  
 В.К.Подорожко

**МЕНЮ на 30.06 2025 г.**

| <b>ЗАВТРАК</b>                          | выход блюд  | Энергетич.<br>ценность,<br>Ккал |
|-----------------------------------------|-------------|---------------------------------|
| Макароны отварные с сыром               | 150/200     | 218/264                         |
| Кофейный напиток с молоком              | 150/180     | 75/91                           |
| Хлеб пшеничный                          | 30/40       | 71/94                           |
|                                         |             |                                 |
| 0.00 Сок                                | 150/180     | 28/33                           |
|                                         |             |                                 |
| <b>ОБЕД</b>                             |             |                                 |
| Ци с капустой и картофелем со сметанной | 150/200/5   | 46/77                           |
| Соус томатный                           | 30/30       | 22/22                           |
| Голета рыбная                           | 60/70       | 55/74                           |
| Рис припущенный                         | 120/150     | 160/200                         |
| Хлеб пшеничный                          | 30/40       | 71/94                           |
| Хлеб ржаной                             | 30/40       | 52/69                           |
| Компот из сухофруктов                   | 150/180     | 85/111                          |
|                                         |             |                                 |
| <b>ПОЛДНИК</b>                          |             |                                 |
| Бутерброд с повидлом                    | 30/15 40/15 | 97/                             |
| Чай с сахаром                           | 150/180     | 28/33                           |
|                                         |             |                                 |
|                                         |             |                                 |