



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ № 49

М.В. Игнатьева



## М Е Н Ю

23 апреля 2025 года

|   | до 3-х лет   |                                | с 3 до 7 лет |                                |
|---|--------------|--------------------------------|--------------|--------------------------------|
|   | Выход порции | Энергетическая ценность (ккал) | Выход порции | Энергетическая ценность (ккал) |
| <b>Завтрак</b>                          |              |                                |              |                                |
| Суп молочный с крупой манной            | 150          | 87                             | 200          | 119                            |
|   |              |                                |              |                                |
|   |              |                                |              |                                |
| Хлеб пшеничный                          | 10           | 24                             | 20           | 48                             |
| Какао с молоком                         | 180          | 74                             | 200          | 83                             |
|   |              |                                |              |                                |
| Бутерброд с маслом, сыр                 | 10\5\9       | 95                             | 20\5\13      | 105                            |
|   |              |                                |              |                                |
| <b>10.00</b>                            |              |                                |              |                                |
| Сок                                     | 150          | 70                             | 160          | 90                             |
|   |              |                                |              |                                |
| <b>Обед</b>                             |              |                                |              |                                |
| Суп картофельный с крупой               | 150          | 107                            | 200          | 128                            |
|   |              |                                |              |                                |
| Кнели говяжьи с рисом                   | 60           | 159                            | 80           | 225                            |
| Капуста тушеная                         | 110          | 78                             | 130          | 97                             |
|   |              |                                |              |                                |
|   |              |                                |              |                                |
|   |              |                                |              |                                |
| Компот из сухофруктов                   | 150          | 48                             | 180          | 57                             |
| Хлеб ржаной                             | 40           | 65                             | 50           | 90                             |
|   |              |                                |              |                                |
| <b>Полдник</b>                          |              |                                |              |                                |
| Кефир                                   | 150          | 79                             | 180          | 95                             |
| Хлеб пшеничный                          | 20           | 48                             | 30           | 72                             |
| Яблоко                                  | 95           | 49                             | 100          | 52                             |
|   |              |                                |              |                                |
|   |              |                                |              |                                |
| <b>Ужин</b>                             |              |                                |              |                                |
| Рыба отварная                           | 60           | 106                            | 80           | 125                            |
| Картофель, запеченный в сметанном соусе | 110          | 137                            | 130          | 198                            |
| Икра морковная                          | 40           | 34                             | 60           | 50                             |
| Хлеб пшеничный                          | 20           | 48                             | 20           | 48                             |
|   |              |                                |              |                                |
| Чай с сахаром                           | 180          | 24                             | 200          | 28                             |