



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ № 49
М.В.Игнатъева



М Е Н Ю

16 января 2026 года

		до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
		Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Запеканка рисовая с творогом со сметаной	135	145	155	197
	Хлеб пшеничный	10	24	20	48
	Чай с сахаром	180	24	200	28
	Бутерброд с маслом	25	61	25	61
10.00	Яблоко	100	70	100	70
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	55	200	62
	Шницели из птицы припущенные	60	123	70	184
	Пюре картофельное	110	112	130	128
	Икра морковная	40	34	60	50
	Сок	150	69	180	83
	Хлеб ржаной	40	65	50	90
Полдник	Кефир	150	79	180	95
	Булочка Российская	60	131	70	174
Ужин	Суп молочный с хлопьями геркулес	150	194	200	284
	Яйцо отварное	1 шт	49	1 шт	49
	Хлеб пшеничный	25	60	25	60
	Какао с молоком	180	74	200	84