



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ № 49
М.В.Игнатова



М Е Н Ю

20 января 2026 года

		до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
		Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Каша из овсяный хлопьев "Геркулес" жидкая	150	150	200	207
	Хлеб пшеничный	10	24	20	48
	Какао с молоком	180	74	200	84
	Бутерброд с маслом	25	61	25	61
10.00	Сок	150	70	160	90
Обед	Суп картофельный с фрикадельками	150	118	200	152
	Суфле из печени	60	96	80	133
	Каша пшеничная рассыпчатая с овощами	120	184	130	200
	капуста тушеная	40	35	60	51
	Компот из сухофруктов	150	48	180	57
	Хлеб ржаной	40	65	50	90
Полдник	Кефир	150	79	180	95
	Печенье	1 шт	114	2 шт	164
Ужин	Запеканка из творога с соусом молочным сладким	140	145	170	197
	Хлеб пшеничный	10	24	20	48
	Яблоко	95	49	100	52
	Чай с сахаром	180	25	200	28