



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ № 49
М.В.Игнатьева



МЕНЮ

22 января 2026 года

Завтрак Рыба отварная с соусом по-польски

		до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
		Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
		60	71	80	80
	Пюре картофельное	110	112	130	128
	икра кабачковая (т.о.)	40	39	60	58
	Хлеб йодированный	10	24	20	48
	Чай с сахаром	180	24	200	28
	Бутерброд с маслом	25	61	25	61

10.00

	Сок	150	70	160	90

Обед

	Свекольник	150	117	200	138

	Плов из говядины	150	193	200	262
	икра морковная	40	34	60	51

Полдник

	Кефир	150	79	180	95
	Пряник	1 шт	115	2 шт	164

Ужин

	Каша пшенная молочная жидкая	150	109	200	165
	Хлеб йодированный	30	72	40	97
	Яблоко	95	49	100	52
	Молоко кипяченое	150	78	180	94