



УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МАДОУ №49  
М.В.Игнатьева



## М Е Н Ю

### 12 февраля 2026 года

	до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b> Рыба, тушеная в томате с овощами	60	55	80	68
Каша пшеничная рассыпчатая	100	50	120	70
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
<b>10.00</b> Яблоко	100	52	100	52
<b>Обед</b> Суп крестьянский с крупой	150	66	200	100
Гуляш из отварной говядины	60	128	80	161
картофель отварной	110	115	130	137
икра свекольная	40	36	60	53
Компот из сухофруктов	150	48	180	57
Хлеб ржаной	40	65	50	90
<b>Полдник</b> Кефир	150	79	180	95
Пряник	1 шт	115	2 шт	164
<b>Ужин</b> Каша рисовая молочная жидкая	150	178	200	244
Яйцо отварное	1 шт	49	1 шт	49
Хлеб йодированный	30	72	40	96
Кофейный напиток с молоком	180	77	200	87