



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МАДОУ № 49  
 М.В.Игнатова



## М Е Н Ю

### 16 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>	Макаронные изделия отварные	90	74	120	92
	Икра кабачковая (т.о.)	40	39	60	59
	Хлеб йодированный	10	24	10	24
	Чай с сахаром	180	25	200	28
	Бутерброд с маслом, сыр	10\5\9	95	20\5\13	105
<b>10.00</b>	Сок	150	70	160	90
<b>Обед</b>	Щи из свежей капусты с картофелем	150	96	200	130
	Птица в соусе с томатом	60	123	80	185
	Пюре картофельное	110	112	130	112
	Свекла отварная	40	27	60	45
	Компот из сухофруктов	150	48	180	57
	Хлеб ржаной	40	96	50	121
<b>Полдник</b>	Кефир	150	79	180	95
	Ватрушка с творогом	60	134	80	180
<b>Ужин</b>	Суп молочный с крупой пшеничной	150	173	200	208
	Яйцо отварное	1 шт	49	1 шт	49
	Хлеб йодированный	30	72	40	97
	Кофейный напиток с молоком	180	77	200	87