



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ № 49
М.В.Игнатъева



М Е Н Ю

19 февраля 2026 года

		до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
		Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Рыба отварная с соусом по-польски	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
	Компот из сухофруктов	150	48	180	57
	Хлеб ржаной	40	65	50	90
Полдник	Кефир	150	79	180	95
	Пряник	1 шт	115	2 шт	164
Ужин	Каша манная молочная жидкая	150	109	200	165
	Хлеб йодированный	30	72	40	97
	Яблоко	95	49	100	52
	Молоко кипяченое	150	78	180	94