



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МАДОУ № 49
 М.В.Игнатова

МАДОУ № 49

МЕНЮ

5 марта 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	