



УТВЕРЖАЮ
 Заведующий МАДОУ № 49
 М.В.Ильина

МАДОУ № 49

МЕНЮ

19 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