



УТВЕРЖДАЮ  
 Заведующий МАДОУ № 49  
 М.В.Игнатьева

## М Е Н Ю

### 20 апреля 2026 года

		до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
		Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный	100	74	120	91
	икра кабачковая (т.о.)	40	39	60	58
	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>	Суп картофельный с бобовыми	150	95	200	130
	Птица тушеная	60	52	80	95
	макароны отварные	110	172	130	195
	морковь отварная	40	23	60	40
	Компот из сухофруктов	150	48	180	57
	Хлеб ржаной	40	96	50	121
<b>Полдник</b>	Кефир	150	79	180	95
	Сдоба обыкновенная	60	131	70	177
<b>Ужин</b>	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	150	200	207
	Хлеб йодированный	30	72	40	97
	Яблоко	95	49	100	52
	Молоко кипяченое	150	78	180	94