



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ № 49
М.В.Игнатова



МЕНЮ

23 июля 2026 года

		до 3-х лет		с 3 до 7 лет	
		Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)	Выход порции	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак	Рыба тушеная в томате с овощами	60	55	80	68
	каша пшеничная	100	51	120	71
	свежий огурец	40	8	60	11
	Хлеб йодированный	10	24	10	24
	Чай с сахаром	180	25	28	37
10.00	Бутерброд с маслом	15	108	15	108
	Яблоко				
	Обед				
	Борщ летний	150	67	200	82
	Плов из говядины	150	193	200	263
	икра кабачковая	40	28	60	42
Полдник	Компот из сухофруктов	150	75	180	105
	Хлеб	40	65	50	90
	Кефир	130	80	150	96
	Пирожки печеные с яблоком	60	139	70	181
Ужин					
	Суп молочный с крупой манной	150	173	200	208
	Хлеб йодированный	10	24	10	24
	Кофейный напиток с молоком	180	77	20	87