

Утверждаю :

Заведующий МБДОУ «ИВУШКА»

Хусаинова И.В.

МЕНЮ: 22.01.2026г.

| Наименование блюд                    | Выход      | Выход          | Ккал порции | Ккал порции    |
|--------------------------------------|------------|----------------|-------------|----------------|
| Четверг                              | До 3-х лет | С 3-х до 7 лет | До 3-х лет  | С 3-х до 7 лет |
| <b>Завтрак</b>                       |            |                |             |                |
| Каша манная молочная жидкая с маслом | 150\5\5    | 180\5\5        | 265,25      | 315,65         |
| Масло сливочное                      | 5          | 5              | 33          | 33             |
| Чай с сахаром                        | 180\9      | 180\9          | 54,89       | 54,89          |
| Хлеб пшеничный                       | 20         | 20             | 47,57       | 47,57          |
| <b>Второй завтрак</b>                |            |                |             |                |
| Сок фруктовый                        | 150        | 150            | 66,36       | 66,36          |
| <b>Обед</b>                          |            |                |             |                |
| Борщ из св.капусты с картофелем      | 180        | 180            | 67,32       | 67,32          |
| Рыба\минтай\тушеная в томатном соусе | 60\30      | 70\30          | 117,72      | 137,73         |
| Картофельное пюре                    | 120        | 130            | 131,01      | 141,49         |
| Огурцы соленые                       | 40         | 50             | 5,03        | 6,29           |
| Компот из свежих яблок               | 150        | 180            | 31,38       | 37,66          |
| Хлеб пшеничный                       | 30         | 23             | 70,5        | 54,71          |
| Хлеб ржаной                          | 30         | 20             | 52,27       | 34,8           |
| <b>Полдник</b>                       |            |                |             |                |
| Сырники                              | 100        | 100            | 263,09      | 263,09         |
| Молоко сгущенное                     | 20         | 20             | 75,79       | 75,79          |
| Кофейный напиток                     | 150        | 180            | 60,74       | 72,3           |
| Печенье                              | 68         |                | 332,83      |                |