



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий детского сада №23 «Малыш»

подпись

Карасева О.С.

расшифровка подписи

**М Е Н Ю - 4**

На 29 января 2026 г



### Завтрак

Ясли 1-3

Сад 3-7

|    |                                      |       |        |       |        |
|----|--------------------------------------|-------|--------|-------|--------|
| 1. | Каша ячневая молочная с маслом слив. | 140/3 | 171,47 | 180/3 | 214,80 |
| 2. | Кофейный напиток с молоком           | 180/6 | 74,58  | 180/6 | 74,58  |
| 3. | Бутерброд с маслом сливочным         | 25/5  | 98,50  | 30/5  | 111,68 |

### II Завтрак

|               |     |       |     |       |
|---------------|-----|-------|-----|-------|
| Сок фруктовый | 200 | 84,80 | 200 | 84,80 |
|---------------|-----|-------|-----|-------|

### Обед

|    |                                                                |       |        |       |        |
|----|----------------------------------------------------------------|-------|--------|-------|--------|
| 1. | Салат из свеклы отварной с яблоками                            | 40    | 30,68  | 60    | 46,02  |
| 2. | Щи со свежей капустой с картоф.не б-не из индейки ,со сметаной | 150/5 | 57,00  | 180/7 | 70,02  |
| 3. | Индейка тушеная с овощами по -татарски                         | 30/30 | 101,63 | 40/30 | 150,93 |
| 5. | Макаронные издел.отварные с мас.сливоч.                        | 110/2 | 136,73 | 130/3 | 165,79 |
| 6. | Компот из урюка                                                | 150   | 56,83  | 180   | 68,20  |
| 7. | Хлеб дарницкий                                                 | 35    | 69,23  | 45    | 89,19  |
| 8. | Хлеб пшеничный                                                 | 20    | 47,00  | 35    | 82,25  |

### Полдник

|    |                                    |     |       |     |       |
|----|------------------------------------|-----|-------|-----|-------|
| 1. | Кисломолочный напиток ацидофильный | 150 | 76,00 | 180 | 92,00 |
|----|------------------------------------|-----|-------|-----|-------|

### Ужин

|    |                               |                 |        |                 |        |
|----|-------------------------------|-----------------|--------|-----------------|--------|
| 1. | Запеканка творожная с молоком | 110/20          | 353,40 | 130/20          | 408,20 |
| 2. | Чай с сахаром                 | 150/5           | 20,08  | 180/6           | 24,10  |
|    |                               | Итого за 4 день |        | Итого за 4 день |        |
|    |                               | 1377,93(ккал)   |        | 1682,56(ккал)   |        |

ПОЛОЖИК