



Заведующий МБДОУ Д/С №33 «Незабудка»
Н. Н. Чайникова

МЕНЮ на 20 января 2026 год

Завтрак

1. Каша ячневая молочная с маслом сливочным 180/3
2. Кофейный напиток с молоком 180/6
3. Бутерброд с сыром, с маслом сливочным 30/5/5

Завтрак № 2 10.00

1. Фрукты свежие 100

Обед

1. Салат из квашенной капусты 50
2. Суп борщ из свежей капусты на курином бульоне из курицы со сметаной 180/7
3. Гуляш из отварной курицы 40/40
4. Макаaronные изделия отварные с маслом 130/3
5. Компот из свежих фруктов 180
6. Хлеб пшеничный, ржаной 25/45

Полдник

1. Ацидофильный напиток 180

Ужин

1. Расстегай с рыбой 100
2. Напиток из шиповника 180/6

Белки	Жиры	Углеводы	Калории
55,52	49,60	200,65	1489,55



Заведующий МБДОУ Д/С №33 «Незабудка»
Н. Н. Чайникова

МЕНЮ на 20 января 2026 год

Завтрак

1. Каша ячневая молочная с маслом сливочным 140/3
2. Кофейный напиток с молоком 180/6
3. Бутерброд с сыром, с маслом сливочным 25/5/5

Завтрак № 2 10.00

1. Фрукты свежие 100

Обед

1. Салат из квашенной капусты 50
2. Суп борщ со свежей капустой на курином бульоне из курицы со сметаной 150/5
3. Гуляш из отварной курицы 30/30
4. Макаaronные изделия отварные с маслом 110/2
5. Компот из свежих фруктов 150
6. Хлеб ржаной 35

Полдник

1. Ацидофильный напиток 150

Ужин

1. Расстегай с рыбой 100
2. Напиток из шиповника 150/5

Белки	Жиры	Углеводы	Калории
42,03	39,72	145,27	1086,96