

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



МЕНЮ на 22 января 2026 год

Завтрак

1. Каша пшенная молочная с маслом сливочным 180/3
2. Чай с молоком, сахаром 180/6
3. Бутерброд с сыром, с маслом сливочным 30/5/5

Завтрак № 2 10.00

1. Фрукты свежие 100

Обед

1. Салат из моркови с сахаром 60
2. Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы 180/10
3. Рыба тушеная с овощами 50/25
3. Картофельное пюре 140
4. Напиток из сухофруктов 180
5. Хлеб пшеничный, ржаной 30/45

Полдник

1. Катык 180

Ужин

1. Вак-балиш с рисом с мясом 90
2. Чай с сахаром и лимоном 180/6/7

Белки	Жиры	Углеводы	Калории
48,48	44,84	189,07	1390,18

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



МЕНЮ на 22 января 2026 год

Завтрак

1. Каша пшенная молочная с маслом сливочным 140/3
2. Чай с молоком, сахаром 180/6
3. Бутерброд с сыром, с маслом сливочным 25/5/5

Завтрак № 2 10.00

1. Фрукты свежие 100

Обед

1. Салат из моркови с сахаром 40
2. Суп-лапша домашняя на курином бульоне с мясом птицы 180/10
3. Рыба тушеная с овощами 40/20
3. Картофельное пюре 120
4. Напиток из сухофруктов 180
5. Хлеб пшеничный, ржаной 20/35

Полдник

1. Катык 150

Ужин

1. Вак-балиш с рисом с мясом 90
2. Чай с сахаром и лимоном 150/5/5

Белки	Жиры	Углеводы	Калории
36,12	45,05	178,45	1282,96