

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



Утверждаю

**МЕНЮ на 26 января 2026 год**

**Завтрак**

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

**Завтрак № 2 10.00**

- 1.Фрукты свежие 100

**Обед**

- 1.Икра кабачковая 60
- 2.Суп картофельный с клецками на курином булье 180
- 3.Плов из отварной индейки 200
- 4.Компот из свежих яблок 180
- 5.Хлеб ржаной 45

**Полдник**

- 1.Ацидофильный напиток 180
- 2.Печенье 20

**Ужин**

- 1.Котлеты рыбные 70
- 2.Пюре картофельное 140
- 3.Чай с сахаром 180/6
- 4.Хлеб пшеничный 35

Всего:

| Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|-------|-------|----------|---------|
| 56,12 | 52,07 | 250,51   | 1719,43 |

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



Утверждаю

**МЕНЮ на 26 января 2026 год**

**Завтрак**

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

**Завтрак № 2 10.00**

- 1.Фрукты свежие 100

**Обед**

- 1.Икра кабачковая 40
- 2.Суп картофельный с клецками на курином булье 150
- 3.Плов из отварной индейки 150
- 4.Компот из свежих яблок 35
- 5.Хлеб ржаной 35

**Полдник**

- 1.Ацидофильный напиток 150
- 2.Печенье 20

**Ужин**

- 1.Котлеты рыбные 50
- 2.Пюре картофельное 120
- 3.Чай с сахаром 150/6
- 4.Хлеб пшеничный 30

Всего:

| Белки | Жиры  | Углеводы | Ккал    |
|-------|-------|----------|---------|
| 50,63 | 40,81 | 195,38   | 1351,88 |