



«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 48, «Веснянка»
Токранова Н.А.

Меню на 18.03.2026 г.

Меню С 1-3 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	185,66
Какао с молоком	180/6	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,5
10⁰⁰ Сок яблочный	200	52,77
Обед: Винегрет овощной	40	37,92
Щи со свежей капустой с картофелем со сметаной	150/10/5 45/15	81,56 94,39
Тефтели мясные в томатном соусе	110/2	170,14
Каша гречневая рассыпчатая с маслом слив.	150	56,83
Компот из урюка	35	69,32
Хлеб ржаной		
Полдник: Кефир жирность 2,5%	150	76,00
Сушки	20	67,80
Ужин: Омлет натуральный	130	251,03
Хлеб пшеничный	20	47,00
Чай с сахаром	150/5	20,08



«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ № 48 «Веснянка»
Токранова Н.А.

Меню на 18.03.2026 г.

Меню с 3-7 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	180/3	238,71
Какао с молоком	180/6	90,78
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	111,68
10⁰⁰ Сок яблочный	200	84,80
Обед: Винегрет овощной	60	56,88
Щи со свежей капустой с картофелем со сметаной	180/10/7 60/20	84,80 125,85
Тефтели мясные в томатном соусе	130/3	205,27
Каша гречневая рассыпчатая с маслом слив.		
Компот из урюка	180	68,20
Хлеб ржаной	45	89,19
Полдник: Ряженка жирность 2,5%	180	92,00
Сушки	20	67,80
Ужин: Омлет натуральный	150	289,66
Хлеб пшеничный	20	47,00
Чай с сахаром	150/5	20,08