



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 48 «Веснянка»

Токранова Н.А.

Меню на 19.01.2026 г.

Меню С 1-3 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша манная молочная с маслом сливочным	140/3	149,26
Чай с молоком, сахаром	180/6	75,76
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	98,50
10⁰⁰ Сок яблочный	200	84,80
Обед: Салат из кукурузы к/с Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками	30 150/5	29,79 90,56
Голубцы ленивые со сметанно-томат. соусе.	110/20	179,14
Напиток из сухофруктов	150	60,00
Хлеб ржаной	35	69,23
Полдник: Ряженка 2,5% жирности	150	76,00
Ужин: Омлет натуральный Чай с сахаром и с яблоками Хлеб пшеничный	130 150/5/10 20	251,03 24,70 47,00



«Утверждаю»

Заведующий МБДОУ № 48 «Веснянка»

Токранова Н.А.

Меню на 19.01.2026 г.

Меню с 3-7 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша манная молочная с маслом сливочным	180/3	186,30
Чай с молоком, сахаром	180/6	75,76
Бутерброд с маслом сливочным	30/5	111,68
10⁰⁰ Сок яблочный	200	84,80
Обед: Салат из кукурузы к/с Суп вермишелевый с картофелем с куриными фрикадельками	50 180/10	49,65 114,65
Голубцы ленивые со сметанно-томат. соусе.	120/30	201,98
Напиток из сухофруктов	180	71,52
Хлеб ржаной	45	89,19
Полдник: Ряженка 2,5% жирности Крекер	180 40	92,00 166,80
Ужин: Омлет натуральный Чай с сахаром и с яблоками Хлеб пшеничный	150 180/6/10 25	289,66 28,70 58,81