



«Утверждаю»

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

Меню на 19.03.2026 г.



Меню С 1-3 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	117,34
Чайс молоком, сахаром	180/6	75,76
Бутерброд с маслом сливочным, сыром	25/5/5	115,67
<b>10<sup>00</sup></b> Фрукты свежие	100	43,00
<b>Обед:</b> Тушенная капуста	40	30,80
Суп- лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы.	150/10	95,65
Рыба тушеная с овощами	40/20	196,18
Пюре картофельное	120	109,80
Напиток из сухофруктов	150	60,00
Хлеб ржаной	35	69,23
Хлеб пшеничный	20	47,00
<b>Полдник:</b> Катык 2,5% жирности	150	76,00
<b>Ужин:</b> Вак балиш с рисом и с мясом Чай с сахаром и лимоном	90 150/5/5	234,63 21,78



«Утверждаю»

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

Меню на 19.03.2026 г.



Меню с 3-7 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180/3	184,24
Чай с молоком, сахаром	180/6	75,76
Бутерброд с маслом сливочным, сыром	30/5/5	128,77
<b>10<sup>00</sup></b> Фрукты свежие	100	43,00
<b>Обед:</b> Капуста тушеная	60	46,20
Суп- лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы.	180/10	109,54
Рыба тушеная с овощами	50/25	105,00
Пюре картофельное	140	128,50
Напиток из сухофруктов	180	71,52
Хлеб ржаной	45	89,19
	30	70,57
<b>Полдник:</b> Катык 2,5% жирности	180	92,00
<b>Ужин:</b> Вак балиш с рисом и с мясом Чай с сахаром и лимоном	90 180/6/7	234,63 26,48