



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

Меню на 20.01.2026 г.

Меню С 1-3 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	171,47
Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58
Бутерброд с маслом сливочным, сыром	25/5/5	115,67
10 ⁰⁰ Фрукты свежие	100	47,00
Обед:		
Салат из квашеной капусты	30	25,71
Борщ со свежей капустой на кур бульоне, со сметаной	150/5 30/30	70,31 92,63
Гуляш из отварной птицы	110/2	136,73
Макароны отварные с маслом сливочным		
Компот из свежих фруктов	150	85,95
Хлеб ржаной	35	69,23
Полдник:		
Ацидофильный напиток жирность 2,5%	150	76,00
Ужин:		
Расстегай с рыбой	100	220,00
Напиток из шиповника	150/5	26,15



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

Меню на 20.01.2026 г.

Меню с 3-7 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда(гра ммы)
Завтрак: Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180/3	214,80
Кофейный напиток с молоком	180/6	74,58
Бутерброд с маслом сливочным, сыром	30/5/5	128,77
10 ⁰⁰ Фрукты свежие	100	47,00
Обед:		
Салат из квашеной капусты	50	42,85
Борщ со свежей капустой на кур бульоне, со сметаной	180/7 40/40	85,97 123,51
Гуляш из отварной птицы		
Макароны отварные с маслом сливочным	130/3	165,79
Компот из свежих фруктов	180	103,14
Хлеб ржаной	45	89,10
Полдник:		
Ацидофильный напиток жирность 2,5%	180	92,00
Ужин:		
Расстегай с рыбой	100	220,00
Напиток из шиповника	180/6	31,38