



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

Меню на 21.01.2026 г.

Меню С 1-3 лет	Выход готового о 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
10 ⁰⁰ Сок яблочный	200	52,77
Обед:		
Винегрет овощной	40	50,04
Щи со свежей капустой с картофелем со сметаной	150/10/5	81,56
Тефтели мясные в томатном соусе	45/15	94,39
Каша гречневая рассыпчатая с маслом слив.	110/2	170,14
Компот из урюка	150	56,83
Хлеб ржаной	35	69,32
Полдник:		
Ряженка жирность 2,5%	150	76,00
Сушки	20	67,80
Ужин:		
Пудинг творожный с повидлом	110/20	330,50
Чай с сахаром	150/5	20,08



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

Меню на 21.01.2026 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
10 ⁰⁰ Сок яблочный	200	84,80
Обед:		
Винегрет овощной	60	75,06
Щи со свежей капустой с картофелем со сметаной	180/10/7	84,80
Тефтели мясные в томатном соусе	60/20	125,85
Каша гречневая рассыпчатая с маслом слив.	130/3	205,27
Компот из урюка	180	68,20
Хлеб ржаной	45	89,19
Полдник:		
Ряженка жирность 2,5%	180	92,00
Сушки	20	67,80
Ужин:		
Пудинг творожный с повидлом	130/20	360,20
Чай с сахаром	180/6	24,10