



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

Меню на 22.01.2026 г.

Меню С 1-3 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	117,34
Чай с молоком, сахаром	180/6	75,76
Бутерброд с маслом сливочным, сыром	25/5/5	115,67
10 ⁰⁰ Фрукты (яблоки)	100	43,00
Обед:		
Салат из моркови с сахаром	40	20,92
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
Полдник:		
Ацидофильный напиток 2,5% жирности	150	76,00
Ужин:		
Вак балиш с рисом и с мясом	90	234,63
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	21,78



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

Меню на 22.01.2026 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
10 ⁰⁰ Фрукты свежие	100	43,00
Обед:		
Салат из моркови с сахаром	60	31,38
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
Полдник:		
Ацидофильный напиток 2,5% жирности	180	92,00
Ужин:		
Вак балиш с рисом и с мясом	90	234,63
Чай с сахаром и лимоном	180/6/7	26,48