



Заведующий МБДОУ № 48 «Веснянка»

[Signature]

Меню на 23.07.2026 г.

Меню с 3-7 лет	Выход готового блюда	Ккал готового блюда (граммы)
Завтрак: Каша пшенная 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
10⁰⁰ Фрукты свежие	100	43,00
Обед: Салат из свежей капусты с морковью Суп- лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы. Рыба, тушенная с овощами	60 180/10 50/25	52,44 109,54 205,00
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 Чай с сахаром и лимоном	90 180/6/7	234,63 26,48