

Утверждаю

Заведующий

Макарова В. В.

**МЕНЮ на 30.01.2026 года**

	Наименование блюд	Выход порции		Калорийность	
		ясли	сад	ясли	сад
Завтрак	Каша манная	150	190	145,2	183,8
	Кофе с молоком	150	180	76,67	92
	Бутерброд с маслом	24	35.	78	108
Завтрак - 2	Сок	140	160.	59,51	68,4
	Батон нарезной	15	15	38	38
Обед	Салат из квашеной капусты	40	60	44,8	67
	Суп кудрявый	150	200	95,3	129,2
	Котлета рыбная	70	80	99,75	114
	Свекла, тушенная в сметане	150	180	96,7	115,8
	Компот из сухофруктов	150	180	84,75	101,7
	Хлеб ржаной	30	45	64,2	96
Уплотненный Полдник	Макароны с сыром	135	150	168,3	187
	Булочка домашняя	65	80	158,1	197,7
	Чай сладкий	150	180	37,8	45,36
	Яблоко	150	150	66	66