

МЕНЮ

«Утверждаю»

заведующий МБДОУ ЦПР ДС № 33
А.А. Аленицкая

Дата 20.01.2026

МЕНЮ на 21.01.2026	Калорийность	ВЫХОД
ЗАВТРАК	Ясли	Сад
Каша пшеничная молочная	123,59	158,63
Какао с молоком	105,51	136,9
Батон	78,3	78,3
Сыр	14,64	21,96
Итого	322,04	395,79

2 ЗАВТРАК – 10 часов

Яблоко	45,6	48,0	95/100
--------	------	------	--------

ОБЕД

Суп рыбный с перловкой крупой	121,48	158,12	180/200
Макароны отварные	160,0	185,0	130/150
Котлета из говядины	154,0	176,0	60/70
Салат со свеклы с чесноком	61,7	66,74	50/60
Компот из сухофруктов	46,74	57,4	180/200
Хлеб	63,0	73,5	30/35
Итого	606,92	716,76	

ПОЛДНИК

Пряники	116,55	166,5	35/50
Кисель из концентрата	54,0	60,0	180/200
Итого	170,55	226,5	

УЖИН

Винегрет	183,0	183,0	200
Чай с сахаром	38,0	38,0	200
Хлеб	73,5	73,5	35
Итого	295,2	295,2	
Общее количество за день	1440,31	1682,25	

