



Утверждаю:
ИО Заведующего д/с №3 Вершинина Н.В.



Меню 19.01.2026.

Завтрак	Выход порций	Калорийность
Суп молочный с вермишелью	150/200	107,0/142,7
Бутерброд с маслом	30/5	147,0
Какао с молоком	150/200	75,3/100,4
II завтрак		
Фрукты	100	47,0
Обед		
Суп геркулесовый	180/200	96,3/107,0
Гуляш из курицы, соус	60/20/70/30	176,8/221,0
Гречка отварная	120/150	187,0/233,7
Сок	150/180	76,2/91,4
Хлеб	50/70	117,5/164,5
Полдник		
Гренка с яйцом	60/80	135,2/180,4
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8

м/с Тетеревкова В.А.