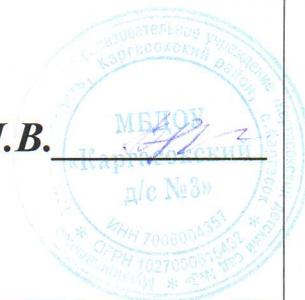




Утверждаю:
ИО Заведующего д/с №3 Вершинина Н.В.



Меню 23.01.2026.

Завтрак	Выход порций	Калорийность
Каша ячневая	150/200	303,7/405,0
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/6	165,0
Цикорий с молоком	150/200	29,1/38,8
II завтрак		
Фрукты	100	47,0
Обед		
Борщ со сметаной	180/200	99,2/110,3
Гуляш из говядины, соус	60/20/70/30	185,5/231,9
Перловка отварная	120/150	140,2/175,3
Кисель из клюквы	150/180	37,8/45,4
Хлеб	40/60	94,0/141,0
Полдник		
Суп молочный с рисом	150/200	81,0/108,0
Хлеб	30/40	70,5/94,0
Вафли	20	76,8
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8

м/с Тетеревкова В.А.