



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



### Меню 26.01.2026.

<b>Завтрак</b>	<b>Выход порций</b>	<b>Калорийность</b>
Каша кукурузная	150/200	215,7/287,7
Бутерброд с маслом	30/5	147,0
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8
<b>II завтрак</b>		
Фрукты	100	47,0
<b>Обед</b>		
Суп с клёцками со сметаной	180/200	84,1/93,5
Гуляши из курицы, соус	60/20/70/30	176,8/221,0
Гречка отварная	120/150	187,0/233,7
Компот из смеси сухофруктов	150/180	60,7/72,9
Хлеб	50/70	117,5/164,5
<b>Полдник</b>		
Блины со сгущенным молоком	70/10	237,0
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8

м/с Тетеревкова В.А.