



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



Меню 28.01.2026.

Завтрак	Выход порций	Калорийность
Каша ячневая	150/200	303,7/405,0
Бутерброд с маслом	30/5	147,0
Цикорий с молоком	150/200	29,1/38,8
II завтрак		
Фрукты	100	47,0
Обед		
Суп гороховый	180/200	119,8/133,1
Капуста тушеная с мясом и рисом	200/250	417,5/521,2
Сок	150/180	76,2/91,4
Хлеб	50/70	117,5/164,5
Полдник		
Суп молочный с рисом	150/200	81,0/108,0
Вафли	20	76,8
Чай черный с сахаром	150/200	20,1/26,8

м/с Тетеревкова В.А.