



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



### Меню 02.02.2026.

<b>Завтрак</b>	<b>Выход порций</b>	<b>Калорийность</b>
Каша пшеничная	150/200	206,2/274,9
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>		
Щи со сметаной	180/200	69,1/92,2
Гуляши 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	40/60	94,0/141,0
<b>Полдник</b>		
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.