



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



Меню 20.02.2026.

Завтрак	Выход порций	Калорийность
Каша пшеничная	150/200	202,6/270,2
Бутерброд с маслом	30/5	147,0
Какао с молоком	150/200	75,3/100,4
II завтрак		
Фрукты	100	47,0
Обед		
Салат из морской капусты с яйцом	40/60	29,7/44,6
Рассольник со сметаной	180/200	113,0/125,5
Плов с говядиной	200/250	318,6/398,3
Компот из фруктовой смеси	150/180	60,7/72,9
Хлеб	50/70	117,5/164,5
Полдник		
Булочка со сгущенкой	60/70	214,8/250,6
Чай черный с лимоном	150/200	20,9/27,9

м/с Тетеревкова В.А.