

Заведующий МБДОУ «ЦС №33 «Незабудка»

Н.Н.Чапликова

МЕНЮ на 12 января 2026 год

Завтрак

- 1.Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180/3
- 2.Кофейный напиток с молоком 180/6
- 3.Бутерброд с сыром, маслом сливочным 30/5\5

Завтрак № 2 10.00

- 1.Фрукты свежие 100

Обед

- 1.Икра кабачковая 60
- 2.Суп картофельный с клецками на курином бульоне 180
- 3.Плов из отварной индейки 200
- 4.Компот из свежих яблок 180
- 5.Хлеб ржаной 45

Полдник

- 1.Ацидофильный напиток 180
- 2.Печенье 20

Ужин

- 1.Котлеты рыбные 70
- 2.Пюре картофельное 140
- 3.Чай с сахаром 180/6
- 4.Хлеб пшеничный 35

Всего:

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
56,12	52,07	250,51	1719,43

Заведующий МБДОУ «ЦС №33 «Незабудка»

Н.Н.Чапликова

МЕНЮ на 12 января 2026 год

Завтрак

- 1.Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 140/3
- 2.Кофейный напиток с молоком 180/6
- 3.Бутерброд с сыром, маслом сливочным 25/5\5

Завтрак № 2 10.00

- 1.Фрукты свежие 100

Обед

- 1.Икра кабачковая 40
- 2.Суп картофельный с клецками на курином бульоне 150
- 3.Плов из отварной индейки 150
- 4.Компот из свежих яблок 150
- 5.Хлеб ржаной 35

Полдник

- 1.Ацидофильный напиток 150
- 2.Печенье 20

Ужин

- 1.Котлеты рыбные 50
- 2.Пюре картофельное 120
- 3.Чай с сахаром 150/6
- 4.Хлеб пшеничный 30

Всего:

Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
50,63	40,81	195,38	1351,88