

«Утверждаю»  
Заведующий МБДОУ «Зоринский детский сад»  
Абузарова Р.М.

Меню на 19.01 2026год

**Группа дошкольного возраста от 1 до 7 лет**

| 6 день |                                  | Завтрак             | Выход  | № по<br>тех.<br>карте |
|--------|----------------------------------|---------------------|--------|-----------------------|
| 1      | Каша вязкая пшеничная            |                     | 200/5  | №168                  |
| 2      | Какао с молоком                  |                     | 200    |                       |
| 3      | Хлеб пшеничный с маслом и сыром  |                     | 40/5/6 | №1                    |
|        |                                  | Второй завтрак      |        |                       |
| 4      | Сок фруктовый                    |                     | 100    |                       |
|        |                                  | Обед                |        |                       |
| 5      | Салат из капусты                 |                     | 55     | №54                   |
| 6      | Свекольник на кур./б.со сметаной |                     | 200    |                       |
| 7      | Гуляш из говядины                |                     | 60     |                       |
| 8      | Макароны отварные                |                     | 130    |                       |
| 9      | Компот из с/ф                    |                     | 200    | №372                  |
| 10     | Хлеб ржаной                      |                     | 50     |                       |
|        |                                  | Уплотненный полдник |        |                       |
| 11     | Молоко кип.                      |                     | 100    |                       |
| 12     | Рыба запечён.в омлете            |                     | 110    | №249                  |
|        |                                  | Хлеб пшеничный      | 40     |                       |
| 13     | Чай сладкий с молоком            |                     | 150    | №394                  |
| 14     | Фрукты свежие                    |                     | 100    |                       |
| 15     | Кондит.изделие                   |                     | 30     |                       |