

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

Меню на 22.01 2026год

9 день	Завтрак	Выход	№ по тех. карте
1	Каша вязкая ячневая с маслом	200/5	№168
2	Кофейный напиток с молоком	200	№395
3	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/5/6	№1
	Второй завтрак		
4	Сок фруктовый	100	
	Обед		
5	Салат из моркови	55	№54
6	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200	
7	Ленивые голубцы с мясом	200	
8	Компот из с/ф	200	№372
9	Хлеб ржаной	50	
10	Хлеб пшеничный	20	
	Уплотненный полдник		
12	Кефир нежирный	100	
13	Булочка сдобные	80	№401
14	Чай сладкий с молоком	200	№394
15	Яйцо	1	
16	Фрукты свежие	100	