

Утверждаю

Заведующий МБДОУ детский сад №141

А. Аниф / А.В. Анисимова

28.01 2026 г

МЕНЮ

на 29.01 2026 г

|                    |                                                |              |                                |
|--------------------|------------------------------------------------|--------------|--------------------------------|
| День: 4<br>четверг | Неделя: первая                                 |              |                                |
| Прием пищи         | Наименование блюда                             | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) |
| Завтрак            | Каша манная молочная вязкая с маслом сливочным | 200          | 153,0                          |
|                    | Какао с молоком                                | 180          | 106,0                          |
|                    | Бутерброд с маслом сливочным, сыром            | 40/5/10      | 163,0                          |
|                    | Итого:                                         |              | 422,0                          |
| 2 завтрак          | Сок                                            | 100          | 130,0                          |
| Обед               | Борщ со сметанной на м/б-не                    | 200          | 104,0                          |
|                    | Запеканка картофельная с куриным мясом         | 160          | 237,0                          |
|                    | Соус сметанный                                 | 30           | 22,2                           |
|                    | Компот из сухофруктов                          | 180          | 103,0                          |
|                    | Хлеб ржаной                                    | 20           | 34,1                           |
|                    | Итого:                                         |              | 544,0                          |
| Полдник            | Кисломолочный напиток                          | 180          | 101,0                          |
|                    | Булочка                                        | 50           | 161,0                          |
|                    | Итого:                                         |              | 262,0                          |
| Ужин               | Запеканка рисовая с творогом                   | 150          | 303,0                          |
|                    | Соус молочный сладкий                          | 30           | 30,45                          |
|                    | Чай с сахаром                                  | 180          | 48,0                           |
|                    | Итого:                                         |              | 424,65                         |
|                    |                                                | 1782,65      |                                |
|                    |                                                |              |                                |