



УТВЕРЖДАЮ :

Заведующий детского сада №23 «Мальвина»

*Карасева О.С.*  
подпись

Карасева О.С.  
расшифровка подписи



**М Е Н Ю - 6**

На 19 января 2026г.

### Завтрак

|    |                                                       | Ясли 1-3 |        | Сад 3-7 |        |
|----|-------------------------------------------------------|----------|--------|---------|--------|
| 1. | <del>Каша манная молочная</del><br>с маслом сливочным | 140/3    | 149,26 | 180/3   | 186,30 |
| 2. | Чай с молоком, сахаром                                | 180/6    | 75,76  | 180/6   | 75,76  |
| 3. | Бутерброд с маслом сливочным                          | 25/5     | 98,50  | 30/5    | 111,68 |

### II Завтрак

|               |     |       |     |       |
|---------------|-----|-------|-----|-------|
| Сок фруктовый | 200 | 84,80 | 200 | 84,80 |
|---------------|-----|-------|-----|-------|

### Обед

|    |                                                           |        |        |        |        |
|----|-----------------------------------------------------------|--------|--------|--------|--------|
| 1. | Салат из кукурузы к/с                                     | 30     | 29,79  | 50     | 49,65  |
| 2. | Суп вермишелевый с картофелем<br>с куриными фрикадельками | 150/10 | 90,56  | 180/10 | 114,56 |
| 3. | Голубцы ленивые в сметано-<br>томат.соусе                 | 110/20 | 179,14 | 120/30 | 201,98 |
| 4. | Напиток из сухофруктов                                    | 150    | 60     | 180    | 71,52  |
| 5. | Хлеб ржаной                                               | 35     | 69,23  | 45     | 89,19  |

### Полдник

|         |     |       |     |       |
|---------|-----|-------|-----|-------|
| 1 Катык | 150 | 76,00 | 180 | 92,00 |
|---------|-----|-------|-----|-------|

### Ужин

|                 |                           |                 |        |          |        |
|-----------------|---------------------------|-----------------|--------|----------|--------|
| 1.              | Омлет натуральный         | 130             | 251,03 | 150      | 289,66 |
| 2.              | Чай с сахаром, с яблоками | 150/5/10        | 24,70  | 180/6/10 | 28,70  |
| 3.              | Хлеб пшеничный            | 20              | 47,00  | 25       | 58,81  |
| Итого за 6 день |                           | Итого за 6 день |        |          |        |
| 1235,77(ккал)   |                           | 1621,41(ккал)   |        |          |        |