

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ

Тацинского д/с «Колокольчик»

Храмкова И.М.

**Меню на 22 января 2026 год (2 неделя четверг)**

| Режимный момент    | Наименование блюда                         | Выход блюда (г) |         | Калорийность |         |
|--------------------|--------------------------------------------|-----------------|---------|--------------|---------|
|                    |                                            | 2-3 года        | 3-7 лет | 2-3 года     | 3-7 лет |
| Завтрак            | Яйцо отварное                              | 80              | 80      | 63           | 63      |
|                    | Икра кабачковая                            | 30              | 40      | 82,6         | 97,63   |
|                    | Хлеб пшеничный                             | 20              | 20      | 42,72        | 64,08   |
|                    | Бутерброд с маслом                         | 20/5            | 20/5    | 106,25       | 119     |
|                    | Чай с лимоном                              | 150             | 180     | 34,17        | 41,004  |
| 2 завтрак<br>10.00 | Фрукты                                     | 100             | 100     | 69           | 69      |
| Обед               | Борщ с капустой и картофелем со сметаной   | 150             | 200     | 61,5         | 82      |
|                    | Шницель рубленый                           | 60/5            | 80/5    | 139          | 185,3   |
|                    | Каша рассыпчатая                           | 100             | 120     | 12,9         | 49      |
|                    | Овощи консервированные                     | 30              | 60      | 23,13        | 46,26   |
|                    | Хлеб ржаной                                | 29              | 36      | 49,62        | 66,16   |
|                    | Хлеб пшеничный                             | 20              | 30      | 42,72        | 64,08   |
|                    | Компот из сушёных фруктов                  | 150             | 180     | 89,75        | 107,7   |
| Полдник            | Пирожок печёный (собственное производства) | 70              | 70      | 218          | 218     |
|                    | Молоко кипячёное                           | 150             | 180     | 85           | 94,5    |

Завхоз

 Копейкина Е.В.