

Утверждаю  
 Директор МОУ НШДС с.п.Куба-Таба  
 \_\_\_\_\_ Э.Ю.Нибежева  
 «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2026г.

### Меню на 28.01.2026г для дошкольных групп

Наименование приема пищи	Наименование блюда	Масса порции	Калорийность порции
<b>Неделя 1 ДЕНЬ 3 Завтрак с 8.30-9.00</b>	Рисовая каша со сливочным маслом	180	251
	Чай с сахаром	180	48,78
	Хлеб пшеничный	40	110,3
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>400</b>	<b>410,08</b>
<b>2 Завтрак 10.00-10.25</b>	Йогурт	<b>100</b>	186
<b>Итого за 2 завтрак:</b>		<b>100</b>	<b>186</b>
<b>Обед с 12.00-12.30</b>	Капустный салат	60	46,3
	Суп картофельно-перловый со сметаной	180	118,02
	Гуляш из отварного мяса	110	134
	Пшеничный гарнир	120	229,50
	Кисель фруктовый	180	115,2
	Хлеб пшеничный	50	110,3
<b>Итого за обед:</b>		<b>700</b>	<b>753,32</b>
<b>Полдник с 15.30-16.00</b>	Рогалики	200	164,36
	Какао	50	110,3
<b>Итого за полдник:</b>		<b>250</b>	<b>274,66</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1450</b>	<b>1624,06</b>