

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ Н.А Старшинова.

Меню приготавливаемых блюд на 23 января 2025

ДЕНЬ 10

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Неделя 1 День 10		3-7 лет	3-7 лет
завтрак	Каша рисовая	200	149,1
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/6	139,81
	Какао	150	153,92
		399,3	442,83
2 завтрак	Сок	102,5	82
обед	Суп гороховый на курице	180	178,1
	Капуста тушен с мясом	180	255
	.		
	Компот из сухофруктов	150	85,86
	Хлеб ржаной	49,4	82,86
итого за обед		661,9	683,82
полдник, совмещенный с ужином	Макароны отварные с сыром	110/12	145,99/53,4
	Яблоко	123	45
	Хлеб пшеничный	17,1	86
	Чай сладкий	150	48,64
итого за полдник		412,1	379,03
Итого за день:		1473	1506

Завхоз: Шамшина Л.С.