

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ Н.А. Старшина

Меню приготавливаемых блюд на 26 января 2026

ДЕНЬ 1

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Неделя 1 День 1		3-7 лет	3-7 лет
завтрак	Каша молочная манная	190	174
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/6	139,81
	Кофе с молоком	150	118,69
		386	432,5
2 завтрак	Сок	102,5	83
обед	Щи с курицей и сметаной	180/12,8	114,35
	Котлета мясная	60	170,60
	Картофельное пюре	150	160,45
	Компот из сухофруктов	150	85,86
	Хлеб ржаной	40	82,86
итого за обед		695,3	697,12
полдник, совмещенный с ужином	Творожная запеканка	130	236
	Кисель	150	116
	Хлеб пшеничный	20	86
итого за полдник		317,5	438
Итого за день:		1399	1568

Завхоз: Шамшина Л.С.