

МБДОУ «Детский сад № 19»

Заведующий \_\_\_\_\_ УТВЕРЖДАЮ  
Н.А. Старшинова

**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  <i>итого за завтрак</i>	Каша молочная манная	190	174
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/6	139,81
	Кофе с молоком	150	118,69
		<b>386</b>	<b>432,5</b>
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
<b>итого за обед</b>		<b>695,3</b>	<b>697,12</b>
полдник, совмещенный с ужином	Творожная запеканка	130	236
	Кисель	150	116
	Хлеб пшеничный	20	86
<b>итого за полдник</b>		<b>317,5</b>	<b>438</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1399</b>	<b>1568</b>

Завхоз: Шамшина Л.С.