

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ Н.А. Старшинова

Меню приготавливаемых блюд на «30» июля 2025

ДЕНЬ 3

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Неделя 1 День 3		3-7 лет	3-7 лет
завтрак	Каша геркулесовая	200	153,2
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/6	139,81
	Чай сладкий	150	48,64
	итого за завтрак	396	341,68
2 завтрак			
обед	Суп овощной с з/горошком	180	127,5
	Суфле куриное	100	191,56
	Рис отварной	100	100,3
	Огурец свежий	20	3
	Компот из сухофруктов	150	85,86
	Хлеб ржаной	40	82,86
итого за обед		590	591,08
полдник, совмещенный с ужином	Рыбная котлета	70	172,16
	Свекла отварная	40	78
	Хлеб пшеничный	20	86
	Чай сладкий	150	48,64
итого за полдник		280	384,8
Итого за день:		1268	1317,56

Завхоз: Шамшина Л.С.