

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____ Н.А. Старшина

Меню приготавливаемых блюд на 06 ноября 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 | 180 | 153,2 |
| | Хлеб пшеничный с маслом сливочным | 40/6 | 139,81 |
| | Чай сладкий | 150 | 48,64 |
| | | 376 | 341,68 |
| <i>итого за завтрак</i> | | | |
| 2 завтрак | | | |
| обед | Суп овощной с з/горошком | 180 | 127,5 |
| | Суфле куриное | 100 | 191,56 |
| | Рис отварной | 100 | 100,3 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 85,86 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 82,86 |
| <i>итого за обед</i> | | 570 | 588,08 |
| полдник, совмещенный с ужином | Рыбная котлета | 70 | 172,16 |
| | Свекла отварная | 40 | 78 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 86 |
| | Чай сладкий | 150 | 48,64 |
| <i>итого за полдник</i> | | 280 | 384,8 |
| Итого за день: | | 1226 | 1314 |

Завхоз: Шамшина Л.С.