

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий \_\_\_\_\_ Н.А. Старшина

**Меню приготавливаемых блюд на 19 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	190	153,2
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/6	139,81
	Кофе с молоком	150	118,69
		<b>387,6</b>	<b>412,16</b>
<b>итого за завтрак</b>			
2 завтрак			
обед	Суп овощной на кур,бульоне, со сметаной	180/11,9	127,5
	Подлива куриная	100	112,14
	Макароны отварные	100	145,99
	Компот из сухофруктов	150	85,86
	Хлеб ржаной	40	82,86
<b>итого за обед</b>		<b>581,9</b>	<b>554,35</b>
полдник, совмещенный с ужином	Рыбная котлета	80	172,16
	Свекла отварная	40	78
	Хлеб пшеничный	20	86
	Чай сладкий	150	48,64
<b>итого за полдник</b>		<b>290</b>	<b>384,8</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1260</b>	<b>1351</b>

Завхоз: Шамшина Л.С.