

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ Н.А.Старшина

Меню приготавливаемых блюд на 20 ноября 2025

ДЕНЬ 4

Возрастная категория: 3-7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Энергетическая ценность |
|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------|-------------------------|
| Неделя 1 День 4 завтрак | | 3-7 лет | 3-7 лет |
| | Каша гречневая | 190 | 153,66 |
| | Хлеб пшеничный с маслом сливочным | 40/6 | 139,84 |
| | Кофейный напиток | 150 | 118,69 |
| итого за завтрак | | 386 | 412,19 |
| 2 завтрак | | | |
| обед | Суп картофельный, рыбный | 180 | 126,56 |
| | Овощи тушеные с мясом | 150 | 242 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 85,86 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 82,86 |
| итого за обед | | 520 | 537,28 |
| полдник, совмещенный с ужином | Гороховое пюре | 120 | 100 |
| | Чай сладкий | 150 | 48,64 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 86 |
| итого за полдник | | 290 | 234,64 |
| Итого за день: | | 1196 | 1184 |

Завхоз: Шамшина Л.С.