

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий _____
Н.А. Старшина

Меню приготавливаемых блюд на 12 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 | Каша молочная манная | 190 | 174 |
| | Хлеб пшеничный с маслом сливочным | 40/6 | 139,81 |
| | Кофе с молоком | 150 | 118,69 |
| итого за завтрак | | 386 | 467,73 |
| 2 завтрак | | | |
| обед | Суп вермишелевый | 180 | 132,06 |
| | Плов с мясом | 150 | 239,2 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 85,86 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 82,86 |
| итого за обед | | 520 | 540 |
| полдник, совмещенный с ужином | Творожная запеканка | 130 | 236 |
| | Сгущенное молоко | 47,5 | 39 |
| | Чай | 150 | 48,64 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 86 |
| итого за полдник | | 317,5 | 409,64 |
| Итого за день: | | 1223 | 1417 |

Завхоз: Шамшина Л.С.