

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий \_\_\_\_\_ Н.А. Старшинова

**Меню приготавливаемых блюд на «12» марта 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 молочная геркулесовая с маслом сливочным	183	149,1
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40	139,81
	Какао	150	48,64
<i>итого за завтрак</i>		<b>373</b>	<b>337,55</b>
2 завтрак			
обед	Суп овощной на курином бульоне	180	127,5
	Суфле куриное	100	191,56
	Рис отварной	100	100,3
	Компот из сухофруктов	150	85,86
	Хлеб ржаной	40	82,86
<b>итого за обед</b>		<b>570</b>	<b>588,0</b>
полдник, совмещенный с ужином	Рыбная котлета	90	172,16
	Свёкла отварная	100	80
	Хлеб пшеничный	20	86
	Чай сладкий	150	48,64
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>386,8</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1303</b>	<b>1312</b>

Завхоз: Шамшина Л.С.