

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ Н.А. Старшинова

Меню приготавливаемых блюд на 21 мая 2026

ДЕНЬ 4

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Энергетическая ценность
Неделя 1 День 4		3-7 лет	3-7 лет
завтрак	Каша гречневая	200	153,66
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/6	139,84
	Чай сладкий	150	48,64
	итого за завтрак	396	342,14
завтрак	Сок	114	82
обед	Суп рыбный	180	126,56
	Ежики в соусе	150	180
	Компот из сухофруктов	150	85,86
	Хлеб ржаной	40	82,86
	итого за обед	520	475,28
полдник, совмещенный с ужином	Овощное рагу	150	233,56
	Чай сладкий	150	48,64
	Хлеб пшеничный	20	86
итого за полдник	320	368,2	
Итого за день:		1350	1268

Завхоз: Шамшина Л.С.