

МБДОУ «Детский сад № 19»

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий _____ Н.А. Старшинова

Меню приготавливаемых блюд на 20 мая 2026

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	200	149,1
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	40/6	139,81
	Чай сладкий	150	48,64
	итого за завтрак	396	337,55
2 завтрак	Сок	108	82
обед	Суп овощной на курином бульоне со сметаной	180/13,5	127,5
	Куриное суфле	100	191,56
	Рис отварной	100	100,3
	Компот из сухофруктов	150	85,86
	Хлеб ржаной	40	82,86
итого за обед		583,5	588,08
полдник, совмещенный с ужином	Рыбная котлета	80	172,16
	Кукуруза	40	27,92
	Хлеб пшеничный	20	86
	Чай сладкий	150	48,64
итого за полдник		290	336,8
Итого за день:		1377	1344

Завхоз: Шамшина Л.С.