

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий МДОУ Детский сад № 191'  
Матвеева Ю.М.

М Е Н Ю воспитанников на 06.05 2025год

| Наименование блюд                                    | до 3-х лет             | с 3-х лет до 7 лет     |
|------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
|                                                      | Масса порций в граммах | Масса порций в граммах |
| <b>Завтрак</b>                                       |                        |                        |
| Каша пшеничная молочная                              | 150                    | 200                    |
| Кофейный напиток с молоком                           | 150                    | 200                    |
| бутерброд с маслом                                   | 25/6                   | 35/7                   |
| <b>2 завтрак</b>                                     |                        |                        |
| Сок                                                  | 165                    | 165                    |
| <b>Обед</b>                                          |                        |                        |
| Свекла отварная дольками                             | 45                     | 55                     |
| Щи из свежей капусты с картофелем                    | 150                    | 200                    |
| Плов из мяса кур                                     | 170                    | 200                    |
| Компот из сухофруктов                                | 150                    | 200                    |
| Хлеб ржаной                                          | 40                     | 50                     |
| Хлеб пшеничный                                       | 20                     | 25                     |
| <b>Уплотненный полдник</b>                           |                        |                        |
| Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком | 110/20                 | 150/30                 |
| Кисломолочный продукт( йогурт)                       | 160                    | 180                    |
| Пирожок с яблоком                                    | 60                     | 80                     |
| <b>Итого за день</b>                                 |                        |                        |
| <b>белки</b>                                         | <b>58,04</b>           | <b>76,17</b>           |
| <b>жиры</b>                                          | <b>46,50</b>           | <b>67,00</b>           |
| <b>углеводы</b>                                      | <b>217,97</b>          | <b>273,44</b>          |
| <b>ккал</b>                                          | <b>1573,71</b>         | <b>2001,63</b>         |

Медсестра

Повар

Наумова Е.И.  
подпись  
Ершова Л.А.  
подпись

Наумова Е.И.  
Ершова Л.А.  
Юренкова Е.А.  
Бабаева М.Д.  
Пирогова В.В.  
Гунякова Н.В.

Рекомендовано дома:  
свежие фрукты, блюда из рыбы и овощей