

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

М Е Н Ю воспитанников на 1106 2025 год

Наименование блюд	до 3-х лет	с 3-х лет до 7 лет
	Масса порций в граммах	Масса порций в граммах
Завтрак		
Омлет с морковью	135	135
Кофейный напиток с молоком	150	200
Бутерброд с маслом сыром	25\4\10	35/5/15
2 завтрак		
Фрукт(яблоко)	160	160
Обед		
Борщ с картофелем и капустой	150	200
Печень тушеная в сметане	80	100
Картофель отварной	100	120
Компот из сухофруктов	150	200
Хлеб ржаной	40	50
Хлеб пшеничный	20	25
Уплотненный полдник		
Пудинг из творога с рисом	100	150
Сметанный соус	20	30
Кисломолочный продукт(ряженка)	160	180
Кондитерское изделие(вафля)	50	50
Итого за день		
белки	57,883	70,81
жиры	52,08	62,25
углеводы	193,86	227,48
ккал	1484,67	1755,91

Медсестра

Повар

подпись

подпись

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

Рекомендовано дома:
сок, блюда из овощей и рыбы, каши