

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

М Е Н Ю воспитанников на 30.04 2025 год

| Наименование блюд               | до 3-х лет<br>Масса порций в<br>граммах | с 3-х лет до 7 лет<br>Масса порций в<br>граммах |
|---------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                  |                                         |                                                 |
| Омлет с морковью                | 135                                     | 135                                             |
| Кофейный напиток с молоком      | 150                                     | 200                                             |
| Бутерброд с маслом сыром        | 25\4\10                                 | 35/5/15                                         |
| <b>2 завтрак</b>                |                                         |                                                 |
| Фрукт( яблоко)                  | 160                                     | 160                                             |
| <b>Обед</b>                     |                                         |                                                 |
| 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                                              |
| <b>Уплотненный полдник</b>      |                                         |                                                 |
| Пудинг из творога с рисом       | 100                                     | 150                                             |
| Сметанный соус                  | 20                                      | 30                                              |
| Кисломолочный продукт( ряженка) | 160                                     | 180                                             |
| Кондитерское изделие( вафля)    | 50                                      | 50                                              |
| <b>Итого за день</b>            |                                         |                                                 |
| белки                           | 57,883                                  | 70,81                                           |
| жиры                            | 52,08                                   | 62,25                                           |
| углеводы                        | 193,86                                  | 227,48                                          |
| ккал                            | 1484,67                                 | 1755,91                                         |

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:  
сок, блюда из овощей и рыбы, каши