

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МДОУ Детский сад № 191'

Матвеева Ю.М.

М Е Н Ю воспитанников на 31.07 2025 год

Наименование блюд	до 3-х лет	с 3-х лет до 7 лет
	Масса порций в граммах	Масса порций в граммах
Завтрак		
Каша пшеничная молочная	150	200
Кофейный напиток с молоком	150	200
бутерброд с маслом	25\6	35/7
2 завтрак		
Сок	165	165
Обед		
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
Уплотненный полдник		
Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком	110/20	150/30
Кисломолочный продукт (йогурт)	160	180
Пирожок с яблоком	60	80
Итого за день		
белки	58,04	76,17
жиры	46,50	67,00
углеводы	217,97	273,44
ккал	1573,71	2001,63

Медсестра

Повар

подпись

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