



Утверждаю:
Заведующий МДОАУ «Д/с №16»
Н.Б.Жаворонкова

24.04.2025 г.

Меню 19 день

Наименование блюд	Вес в граммах		калорийность	
	от 1 года до 3-х лет	от 3-х до 7-ми лет	от 1 года до 3-х лет	от 3-х до 7-ми лет
<u>Завтрак</u>				
Каша молочная манная	150	200	135.59	182.99
Хлеб с маслом	20/6	20/8	84.86	98.08
Кофейный напиток с молоком	150	180	65.61	77.23
Яйцо отварное	1	1	78.5	78.5
<u>2 Завтрак- фрукты</u>	100	100	38	38
<u>Обед</u>				
Салат из помидоров	40	60	53.6	83.79
Суп с зеленым горошком на курином бульоне	150	250	64.92	104.9
Плов из отварных кур	160	210	270.64	351.68
Кисель витаминизированный		200		92.0
Компот из с/ф	150		44.38	
Хлеб пшеничный/ржаной	20/30	20/40	45.2/ 57	45.2/76
<u>Полдник</u>				
Запеченный батон с маслом и сыром	25/2.5/5	50/5/10	99.28	198.55
Чай на молоке	150	180	104.54	123.93
<u>Ужин</u>				
Биточки мясные	50	60	112.65	134.93
Сок	150	180	57	68.4
Хлеб ржаной	20	30	38	57
Овощное рагу	100	120	72.14	85.49