Утверждено:
Заведующий МДОУ детский сад "Колосок" с. Медведск

Иванова И.А.

Ежедневное меню для детей от 3 до 7 лет на 25 ноября 2026

День 3	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетические вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
			б	ж	у		
ЗАВТРАК	каша пшеничная	200	4,62	6,52	23,98	172,84	1,3
ЗАВТРАК	кофейный напиток с молоком	200	3,28	3,48	12,98	95,28	0,6
ЗАВТРАК	батон	20	1,58	0,2	9,66	47	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**420**	**11,66**	**10,2**	**49,22**	**330,04**	**1,9**
ОБЕД	щи со сметаной	200	3,26	6,38	17,04	140,82	30,92
ОБЕД	плов из отварного мяса	200	21,46	19,7	35,7	405,99	1,008
ОБЕД	кисель из концентрата плодово-ягодного	200	0	0	12,58	48,5	0
ОБЕД	хлеб пшеничный	30	1,58	0,2	9,66	47	0
ОБЕД	хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**650**	**31,54**	**31,99**	**92,73**	**789,72**	**21,76**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	вареники с творогом	200	17,2	14,94	58,54	481,88	0,80
	чай с сахаром	200	0,2	0,06	10,02	39,3	0,10
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**400**	**17,4**	**15**	**68,56**	**521,18**	**0,9**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1470**	**60,6**	**57,19**	**210,51**	**1640,94**	**24,56**