Утверждено:
Заведующий МДОУ детский сад "Колосок" с. Медведск
Иванова И.А.

Ежедневное меню для детей от 3 до 7 лет на 19 ноября 2026

День 9	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетические вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
			б	ж	у		
ЗАВТРАК	каша геркулесовая	200	5,06	6,58	31,98	208,16	1,3
ЗАВТРАК	кофейный напиток	200	2,9	3,2	14,68	97,9	1,3
ЗАВТРАК	батон	20	1,58	0,2	9,66	47	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**420**	**9,54**	**9,98**	**56,32**	**353,06**	**2,6**
ОБЕД	суп рисовый с томатом со сметаной	200	1,88	2,26	13,3	81	9,6
ОБЕД	макароны отварные	120	5,85	6,38	36,8	228,74	42,315
ОБЕД	гуляш из отварного мяса	80	5,5	4,7	33,52	198,12	0
ОБЕД	кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0,38	0,08	16,32	64,9	0,4
ОБЕД	хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	0
ОБЕД	хлеб ржаной	20	1,32	0,24	6,68	34,8	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**650**	**22,49**	**26,06**	**107,6**	**750,14**	**31,264**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	омлет натуральный	100	11,12	16,32	2,05	199,77	0,18
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	чай с сахаром	200	0,2	0,06	10,02	39,3	0,10
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**320**	**13,04**	**16,66**	**26,51**	**313,07**	**0,28**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1470**	**45,07**	**52,7**	**190,43**	**1416,27**	**134,044**