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

Ежедневное меню для детей от 3 до 7 лет на 20 ноября 2026

День 10	Наименование блюда	Выход блюда	Энергетические вещества			Энергетическая ценность	Витамин С
			б	ж	у		
ЗАВТРАК	каша рисовая жидкая	200	4,98	7,12	29,38	202,32	1,3
ЗАВТРАК	чай с сахаром	200	0,2	0,06	10,02	39,3	0,1
ЗАВТРАК	батон	20	1,58	0,2	9,66	47	0
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**420**	**6,76**	**7,38**	**49,06**	**288,62**	**1,4**
ОБЕД	суп с клецками	200	2,66	3,58	18,66	118,72	17,2
ОБЕД	картофель по-домашнему	250	5,85	6,38	36,8	228,74	42,315
ОБЕД	компот из сухофруктов	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:		**700**	**13,88**	**13,71**	**100,43**	**581,94**	**62,059**
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	рогалик с сахаром	100	8,89	9,6	65,2	387,87	1,05
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	какао с молоком	200	3,54	3,84	12,92	99,74	0,6
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		**300**	**12,43**	**13,44**	**78,12**	**487,61**	**1,65**
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1420**	**33,07**	**34,53**	**227,61**	**1358,17**	**65,109**