

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ №4 «Светлячок»
 И.Г. Балабашкина

Меню на 19 мая 2026 года



№	Наименование блюд	Выход до 3 лет	Выход с 3-х до 7 лет	Калорийность	
				до 3 лет	с3-7 лет
Завтрак					
1	Каша пшеничная, с маслом с сахаром	150	180	145,7	174,7
2	Бутерброд с сыром	30/10	30/15	35,2	52,8
3	Чай с молоком	150	180	115,8	139,1
				296,7	366,6
10ч	сок	150	180	63,0	75,6
Обед					
1	Щи на мясн б-не, со сметаной	150	180	63,3	76,1
2	Жаркое по -домашнему	160	200	322,83	431,32
3	Свекла отварная	30	40	12,1	16,2
4	Компот из с/фр	150	180	37,1	48,6
5	хлеб	40	45	94,4	106,2
				529,73	678,42
Полдник					
1	Запеканка из творога с морковью	130	150	227,6	262,8
2	с джемом	20	25	53	66,3
3	Йогурт питьевой	150	180	88,8	106,5
				369,4	435,6
			За день	1258,83	1556,22

Повар Лобанова Н.М.. Гвоздарева А.В.
 Мед. Диет. Сестра Грозных Е.В.