


 Согласовано
 Заведующий МБДОУ № 19 «Звездочка»
 Н.В. Петрова
 « _____ » _____ 2026г.

3 ДЕНЬ

ЗАВТРАК		Нормы	Ккал
1.	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	180/3	215,85
2.	Чай с молоком и сахаром	180/6	75,7
3.	Бутербод с маслом сливочным, с сыром	30/5/5.	128,77
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			
10.00	Фрукты	100	96
ОБЕД			
1.	Салат изприпущенной моркови с курагой	60	38,52
2.	Рассольник Ленинградскийна курином бульоне со сметаной	180/7	18,54
3.	Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным	70/2	167,2
4.	Гороховое пюре	130	196,94
5.	Напиток из с/ф	180/6	72
6.	Хлеб ржаной	45	89,19
ПОЛДНИК			
1.	Кисломолочный напиток	180	92
2.	Сдоба обыкновенная	50	141
УЖИН			
1.	Омлет натуральный	150	289,66
2.	Напиток из шиповника	30	31,38
3.	Хлеб пшеничный	35	82,25
		Всего:	1734 1913,5