



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
"Детский сад № 19 "Катюша"
Л.Ю. Антонова

Меню на 19 июня 2025 г
(ясли/сад)

Приём пищи	Наименование блюда	Выход, г	ЭЦ, ккал
Завтрак:	Каша пшённая жидкая	150/200	129,6/172,81
	Чай с молоком	180	89
	Бутерброд с маслом	25/35	85,9/104
Второй завтрак:	Сок фруктовый	150/180	70,5/84,6
Обед:	Суп с клёцками	180/200	62,82/69,8
	Плов из курицы	130/150	251,3/289,9
	Икра морковная	40/60	37,47/56,2
	Компот из свежих яблок	150/180	73,2/87,84
	Хлеб ржаной	40/50	69,6/87
Полдник:	Ряженка	150/180	76,67/92
	Булочка домашняя	60/70	214,8/250,6
Ужин:	Котлеты рыбные запечённые	70/90	94,5/121,5
	Капуста тушёная	120/150	96/120
	Чай с лимоном	180/200	38,08/45,7
	Батон	20/40	50/100