

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
06.05.2025
Возрастная категория : от 1 года до 3 лет/ 3-6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда от 1-3х	Вес блюда 3-6 лет	белки от 1- 3х	белки 3-6лет	жиры от 1- 3х	жиры 3-6 лет	углевод от1-3х	углевод 3-6лет	энергети ческая ценность от1-3л	энергети ческая ценность 3-6 л	№ рецеп туры
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	200	4,5	6	3,98	5,3	23	30,7	146,3	198	8
	Кофейный напиток с молоком	150	200	4,5	6	3,9	5,8	20,1	26,8	133,5	178	14
Итого	Батон с маслом	25/5	35/7	1,92	2,67	4,37	6,12	12,82	17,94	98,1	137,34	
		330	442	10,92	14,67	12,25	17,22	55,92	75,44	377,9	513,34	
10ч	Яблоко	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47	69
Итого		100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47	47	
	Салат из свеклы с растительным маслом	40	60	0,57	0,86	2,43	3,65	3,34	5,02	37,56	56,34	33
	Суп-пюре из разных овощей	150	200	1,92	2,56	3	4	7,3	9,76	66,6	88,8	31/2
	Гуляш мясной	60	80	7,31	9,76	8	10,68	1,95	2,9	109,65	146,21	72
	Каша перловая рассыпчатая	110	130	3	3,6	3,89	4,6	24,7	29,2	141	167	64
	Напиток из шиповника	150	200	0,3	0,4	0,15	0,2	25,05	33,4	97,5	130	23
	хлеб пшенич	25	35	2	2,8	0,25	0,35	13	18,2	60	84	76
	хле ржаной	25	35	2	2,8	0,25	0,35	11,75	16,45	57,5	80,5	74
Итого		560	740	17,1	22,78	17,97	23,83	87,09	114,93	569,81	752,85	
	Пряник	50	50	4,74	4,74	4,74	4,74	12,4	12,4	334	334	73
Итого	Чай с молоком	150	200	2,1	2,8	2,1	2,8	16,8	22,4	91,5	122	17
Итого за день		200	250	6,84	7,54	6,84	7,54	29,2	34,8	425,5	456	
		1190	1532	35,26	45,39	37,46	48,99	182,01	234,97	1420,21	1769,19	