

УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МАДОУ № 4  
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на  
29.05.2025  
Возрастная категория : от 1 года до 3 лет/ 3-6 лет

| Прием<br>пищи | Наименование<br>блюда                                                        | Вес<br>блюда<br>от 1-3х | Вес<br>блюда<br>3-6 лет | белки<br>от 1- 3х | белки<br>3-6лет | жиры<br>от 1- 3х | жиры<br>3-6 лет | углевод<br>от1-3х | углевод<br>3-6лет | энерге<br>тическ<br>ая<br>ценнос<br>ть<br>от1-3л | энергет<br>ическая<br>ценност<br>ь<br>3-6 л | №<br>рецепту<br>ры |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------|-----------------|------------------|-----------------|-------------------|-------------------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------|
|               | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным                                | 150                     | 200                     | 4,8               | 6,4             | 5,6              | 7,4             | 20,1              | 27,2              | 151,5                                            | 202                                         | 9                  |
|               | Чай с лимоном                                                                | 150                     | 200                     | 0,15              | 0,2             | 0                | 0               | 54                | 72                | 54                                               | 72                                          | 16                 |
|               | Батон с сыром                                                                | 25/7                    | 35/11                   | 1,2               | 1,7             | 0,7              | 1               | 3,5               | 4,9               | 26                                               | 36,4                                        | 56                 |
| Итого         |                                                                              | 332                     | 446                     | 6,15              | 8,3             | 6,3              | 8,4             | 77,9              | 104,1             | 231,5                                            | 310,4                                       |                    |
| 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 отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом | 40                      | 60                      | 0,6               | 0,9             | 2,44             | 3,66            | 4,12              | 6,18              | 42,4                                             | 63,6                                        | 47/1               |
|               | Рассольник с крупой и сметаной                                               | 150                     | 200                     | 1,26              | 1,68            | 3,08             | 4,1             | 9,9               | 13,3              | 72,5                                             | 96,6                                        | 25                 |
|               | Голубцы с мясом говядины и рисом ( ленивые)                                  | 100                     | 130                     | 6,23              | 8,1             | 6,46             | 8,4             | 5,53              | 7,2               | 107,69                                           | 140                                         | 48/8               |
|               | кисель                                                                       | 150                     | 200                     | 0                 | 0               | 0                | 0               | 45,9              | 61,2              | 179                                              | 236                                         | 18                 |
|               | 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         |                                                                              | 490                     | 660                     | 12,09             | 16,28           | 12,48            | 16,86           | 90,2              | 122,53            | 519,09                                           | 700,7                                       |                    |
|               | Запеканка из творога с морковью                                              | 80                      | 100                     | 10,64             | 13,3            | 9,12             | 11,4            | 18,16             | 11,35             | 163,5                                            | 204                                         | 13/5               |
|               | Снежок                                                                       | 150                     | 180                     | 4,35              | 5,22            | 4,8              | 5,76            | 6                 | 7,2               | 88,5                                             | 106,2                                       | 75                 |
| Итого         |                                                                              | 230                     | 280                     | 14,99             | 18,52           | 13,92            | 17,16           | 24,16             | 18,55             | 252                                              | 310,2                                       |                    |
| Итого за день |                                                                              | 1152                    | 1486                    | 33,63             | 43,5            | 33,1             | 42,82           | 202,06            | 254,98            | 1049,6                                           | 1368,3                                      |                    |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075070

Владелец Мельникова Олеся Викторовна

Действителен с 01.04.2025 по 01.04.2026