

УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МАДОУ № 4  
О.В.Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на  
23.09.2025

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 | углеводы от1-3х | углевод 3-6лет | энергетическая ценность от1-3л | энергетическая ценность 3-6 л | № рецептур |
|---------------|---------------------------------------------------|-------------------|-------------------|----------------|--------------|---------------|--------------|-----------------|----------------|--------------------------------|-------------------------------|------------|
|               | Каша молочная пшеничная со сливочным маслом.      | 150               | 200               | 4,9            | 6,5          | 4,5           | 6            | 23,4            | 31,2           | 154,5                          | 206                           | 7          |
|               | Какао с молоком                                   | 150               | 200               | 2,93           | 3,9          | 2,63          | 3,5          | 17,18           | 22,9           | 101,3                          | 134,5                         | 19         |
|               | 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               | 9,03           | 12,1         | 7,83          | 10,5         | 44,08           | 59             | 281,8                          | 376,9                         |            |
| 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         |
|               | Щи с капустой и картофелем                        | 150               | 200               | 2,4            | 3,2          | 3,9           | 5,2          | 9,9             | 13,2           | 84                             | 112                           | 29         |
|               | Печень по-строгановски                            | 60                | 70                | 7,65           | 8,92         | 8,55          | 9,97         | 1,7             | 1,98           | 114,5                          | 133,5                         | 9/8        |
|               | Картофельное пюре                                 | 100               | 130               | 3,1            | 4,03         | 4,2           | 5,46         | 20,6            | 26,78          | 135                            | 175,5                         | 34         |
|               | Компот из кураги.                                 | 150               | 200               | 0,6            | 0,8          | 0,15          | 0,2          | 27,15           | 36,2           | 108                            | 144                           | 22         |
|               | 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         |                                                   | 550               | 730               | 18,32          | 23,41        | 19,73         | 25,18        | 87,44           | 117,8          | 596,6                          | 785,84                        |            |
|               | Запеканка из творога с рисом со сгущенным молоком | 80/15             | 100/20            | 11,64/1,02     | 14,55/1,36   | 7,88/27       | 9,85/1,7     | 14,16/8,4       | 31,86/1        | 176/49,5                       | 220/66                        | 16/5       |
|               | Биойогурт пит.                                    | 150               | 180               | 4,2            | 5,04         | 4,5           | 5,4          | 15,6            | 18,72          | 120                            | 144                           | 698        |
| Итого         |                                                   | 245               | 300               | 16,86          | 20,95        | 13,65         | 16,95        | 22,56           | 43,06          | 345,5                          | 430                           |            |
| Итого за день |                                                   | 1227              | 1576              | 44,61          | 56,86        | 41,61         | 53,03        | 163,88          | 229,7          | 1271                           | 1639,74                       |            |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075070

Владелец Мельникова Олеся Викторовна

Действителен с 01.04.2025 по 01.04.2026