

УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МАДОУ № 4  
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на  
09.10.2025  
Возрастная категория : от 1 года до 3 лет/ 3-6 лет

| Прием пищи    | Наименование блюда                                                           | Вес блюда<br>от 1-3х | Вес 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 | энергетическая<br>ценность<br>от1-3л | энергетическая<br>ценность<br>3-6 л | № рецептуры |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------|----------------------|----------------------|-------------------|-----------------|------------------|-----------------|-------------------|-------------------|--------------------------------------|-------------------------------------|-------------|
|               | Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным                                | 150                  | 200                  | 4,8               | 6,4             | 5,6              | 7,4             | 20,4              | 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                               | 69          |
| 10ч           | Яблоко                                                                       | 100                  | 100                  | 0,4               | 0,4             | 0,4              | 0,4             | 9,8               | 9,8               | 47                                   | 47                                  |             |
| 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