

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
15.01.2026
Возрастная категория : от 1 года до 3 лет/ 3-6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Вес	белки	белки	жиры	жиры	углевод	углевод	энергетическая	энергетическая	№ рецептуры
		блюда	блюда	от 1-3х	3-6 лет	от 1-3х	3-6 лет	от 1-3х	3-6 лет	от 1-3х	3-6 лет	
	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	
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
	Биойогурт пит.	150	180	4,2	5,04	4,5	5,4	15,6	18,72	120	144	698
Итого		230	280	14,84	18,34	13,62	16,8	33,76	30,07	283,5	348	
Итого за день		1152	1486	33,48	43,32	32,8	42,46	211,66	266,5	1081,1	1406,1	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460075070

Владелец Мельникова Олеся Викторовна

Действителен с 01.04.2025 по 01.04.2026