

УТВЕРЖДАЮ:
 заведующий МАДОУ №4
 О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
 29.01.2026
 Возрастная категория : от 1 года до 3 лет/ 3-6 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | | белки | | жиры | | углевод | | энергетическая ценность | энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------|--|-----------|---------|---------|--------|---------|---------|---------|--------|-------------------------|-------------------------|-------------|
| | | от 1-3х | 3-6 лет | от 1-3х | 3-6лет | от 1-3х | 3-6 лет | от1-3х | 3-6лет | | | |
| | 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 |
| | 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