

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
13.05.2026

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	углевод от1-3х	углевод 3-6лет	энергетическая ценность от1-3л	энергетическая ценность 3-6 л	№ рецептуры
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	200	4,5	6	3,98	5,3	23	30,7	146,3	198	8
	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	8,63	11,6	7,31	9,8	43,68	58,5	273,6	368,9	
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 белокочанной капусты с растительным маслом.	40	60	0,64	0,96	2,4	3,6	2,84	4,26	36,8	55,2	3/1
	Суп-лапша на курином бульоне	150	200	1,44	1,92	2,28	3,04	8,76	11,68	63,6	84,8	22/2
	Рагу из мяса кур.	100	130	19,8	25,74	21,8	28,34	19,2	24,96	84,21	109,4	38
	кисель	150	200	0	0	0	0	45,9	61,2	177	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	25,88	34,22	26,98	35,68	101,45	136,75	479,11	649,9	
	Омлет паровой	80	105	6,24	8,19	8,4	11	1,1	1,47	104,8	137,5	13
	Чай с молоком	150	200	2,1	2,8	2,1	2,8	16,8	22,4	91,5	122	17
	хлеб пшенич	25	35	2	2,8	0,25	0,35	13	18,2	60	84	76
Итого		255	340	10,34	13,79	10,75	14,15	30,9	42,07	256,3	343,5	
Итого за день		1177	1546	45,25	60,01	45,44	60,03	185,83	247,12	1056,01	1409,3	