

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
20.05.2026
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 3-6 лет	жиры от 1-3х	жиры 3-6 лет	углевод от 1-3х	углевод 3-6 лет	энергетическая ценность от 1-3л	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
	Кофейный напиток с молоком	150	200	4,5	6	3,9	5,8	20,1	26,8	133,5	178	14
	Батон с маслом	25/5	35/7	1,92	2,67	4,37	6,12	12,82	17,94	98,1	137,34	
Итого		330	442	10,92	14,67	12,25	17,22	55,92	75,44	377,9	513,34	
10ч	компот из сухофруктов		200		0		0		19		80	70
	сок-ясли	200		0		0		24		96		78
Итого		200	200	0	0	0	0	24	19	96	80	
	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом.	40	60	0,4	0,6	2,6	3,6	3,7	5,6	39,6	59,4	30/1
	Суп-пюре из разных овощей	150	200	1,92	2,56	3	4	7,3	9,76	66,6	88,8	31/2
	Котлеты(биточки) куриные	60	70	10,36	12,31	11,02	12,92	6,9	8,32	156,04	184,16	63
	Каша перловая с овощами	100	130	3,25	4,22	2,95	3,83	21,5	27,95	133,5	173,5	41/3
	Напиток из шиповника	150	200	0,3	0,4	0,15	0,2	25,05	33,4	97,5	130	23
	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	20,23	25,69	20,22	25,25	89,2	119,68	610,74	800,36	
	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
Итого		230	305	8,34	10,99	10,5	13,8	17,9	23,87	196,3	259,5	
Итог за день		1310	1677	39,49	51,35	42,97	56,27	187,02	237,99	1280,94	1653,2	