

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В.Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
01.06.2026.

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	энергети ческая ценность от1-3л	энергети ческая ценность 3-6 л	№ рецепту ры
	Каша ассорти молочная (пшенично- кукурузная) с маслом сливочным	150	200	4,5	6	4,5	6	20,6	27,4	186	248	12
	Чай с молоком.	150	200	2,1	2,8	2,1	2,8	16,8	22,4	91,5	122	17
	Батон с маслом	25/5	35/7	1,92	2,67	4,37	6,12	12,82	17,94	98,1	137,34	55
Итого		330	442	8,52	11,47	10,97	14,92	50,22	67,74	375,6	507,34	
10ч	Витаминизированный напиток "Витошка"		200		0		0		19		80	70
				0		0		24				78
Итого			200	0	0	0	0		19		80	
	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом и растительным маслом	40	60	0,56	0,84	2,44	3,66	3,64	5,46	40,4	60,6	41/1
	Суп картофельный с рыбой	150	200	10,8	14,4	6,2	8,2	19,5	26	178,5	238	28
	Биточки из мяса говядины	60	70	9,33	10,89	6,93	8,09	9,42	10,99	137,25	160,12	608
	Каша гречневая вязкая	100	130	3,05	3,96	2,7	3,51	13,35	17,35	91	118,3	36
	Компот из сухофруктов.	150	200	0,75	1	0	0	27,45	36,6	108	144	20
	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	28,49	36,69	18,77	24,16	98,11	131,05	672,65	885,52	
	творога с рисом со сгущенным	80/15	100/20	11,64/1,	14,55/1,	7,88/27	9,85/1,7	14,16/8,	31,86/11	176/49,5	220/66	16/5
	Снежок	150	180	4,2	5,04	4,5	5,4	15,6	18,72	120	144	698
Итого		245	300	16,86	20,95	13,65	16,95	22,56	43,06	345,5	430	
Итого за день		1125	1672	53,87	69,11	43,39	56,03	170,89	260,85	1393,75	1902,86	