

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В.Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
02.06.2026

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	углеводы от1-3х	углево 3-6лет	энергетическая ценность от1-3л	энергетическая ценность 3-6 л	№ рецептур ы
	Каша молочная пшенная со сливочным маслом.	150	200	4,9	6,5	4,5	6	23,4	31,2	154,5	206	7
	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	9,03	12,1	7,83	10,5	44,08	59	281,8	376,9	
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 свеклы с растительным маслом	40	60	0,57	0,86	2,43	3,65	3,34	5,02	37,56	56,34	33
	Щи с капустой и картофелем	150	200	2,4	3,2	3,9	5,2	9,9	13,2	84	112	29
	Печень по-строгановски	60	70	7,65	8,92	8,55	9,97	1,7	1,98	114,5	133,5	9/8
	Картофельное пюре	100	130	3,1	4,03	4,2	5,46	20,6	26,78	135	175,5	34
	Компот из кураги.	150	200	0,6	0,8	0,15	0,2	27,15	36,2	108	144	22
	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	18,32	23,41	19,73	25,18	87,44	117,8	596,6	785,84	
	Булочка "Дорожная"	60	70	4,68	5,46	6,72	7,84	31,92	37,24	210	245	14/12
	Чай с лимоном	150	200	0,15	0,2	0	0	54	72	54	72	16
Итого		210	270	4,83	5,66	6,72	7,84	85,92	109,2	264	317	
Итого за день		1192	1546	32,58	41,57	34,68	43,92	227,24	295,9	1189	1526,74	