

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
09.06.2026
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	углеводы 3-6лет	ическая ценност от1-3л	энергетическая ценность 3-6 л	№ рецепту ры
	Каша молочная пшеничная 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
	Суп -пюре гороховый	150	200	4,08	5,44	1,5	2	11,34	15,12	80,4	107,2	28/2
	Тефтели рыбные	60	70	7,96	9,28	1,27	1,48	6,72	7,84	70,23	81,93	394
	Макаронные изделия	100	130	2,7	3,44	1,9	2,47	16,2	22,66	94	122,2	43/3
	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	19,91	25,42	7,75	10,5	89,5	121,49	507,69	676,17	
	Запеканка из творога с рисом со сгущенным молоком	80/15	100/20	11,64/1,0	14,55/1,3	7,88/27	9,85/1,7	14,16/8,4	31,86/11,2	176/49,5	220/66	16/5
	Биойогурт пит.	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		1227	1576	46,2	58,87	29,63	38,35	165,94	233,35	1182	1530,07	