

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
15.06.2026
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	ическая ценнос от1-3л	ическая ценност ь 3-6 л	№ рецептуры
	Каша ассорти молочная (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	150	200	4.5	6	4.5	6	20.6	27.4	186	248	12
	Кофейный напиток с молоком	150	200	4.5	6	3.9	5.8	20.1	26.8	133.5	178	14
	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	10.2	13.7	9.1	12.8	44.2	59.1	345.5	462.4	
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 отварного картофеля,моркови,свеклы с репчатым луком, соленым огурцом	40	60	0.56	0.84	2.44	3.66	3.56	5.34	40	60	49/1
	Свекольник со сметаной	150	200	2.59	3.46	6.6	8.8	17.55	23.4	139.5	186	30
	Гуляш мясной	80	100	9.76	11.83	10.68	14.11	2.9	4.13	146.21	190.24	72
	Горох отварной	100	130	4.2	5.46	2.3	2.99	12.5	16.25	113	146.9	39
	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		570	760	21.71	27.99	22.67	30.46	88.41	119.97	664.21	891.64	
	Булочка "Домашняя"	60	70	4.23	4.94	5.46	6.37	37.77	44.06	216.82	252.96	769
	Молоко	150	180	4.35	5.22	3.75	4.5	7.2	8.64	81	97.2	965
Итого		210	250	8.58	10.16	9.21	10.87	44.97	52.7	297.82	350.16	
Итого за день		1212	1556	40.89	52.25	41.38	54.53	187.38	241.57	1354.5	1751.2	