

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
19.06.2026

Возрастная категория : от 1 года до 3 лет/ 3-6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки	жиры	углеводы	энергетическая ценность	№ рецептуры
		3-6 лет	3-6 лет	3-6 лет	3-6 лет	3-6 л	
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5.3	5.1	27.5	178	11
	Кофеинный напиток с молоком	200	6	5.8	26.8	178	14
	Батон с сыром	35/11	1.7	1	4.9	36.4	56
Итого		442	13	11.9	59.2	392.4	
10 ч	яблоко	120	0.48	0.48	11.7	56.4	69
		120	0.48	0.48	11.7	56.4	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0.57	3.68	1.84	42.84	1
	Суп картофельный с рыбой	200	14.4	8.2	26	238	28
	Говядина тушеная с картофелем	150	9.25	11.43	14.52	195.7	
	Компот из кураги.	200	0.8	0.2	36.2	144	22
	хлеб пшенич	30	2.7	0.34	16.8	82.6	76/74
	хлеб ржаной	30	2.5	0.4	16.2	78	
Итого		670	30.22	24.25	111.56	781.14	
Полдник	Пряник	50	4.74	4.74	12.4	334	73
	Чай с сахаром	200	0	0	18.2	70	15
Итого		250	4.74	4.74	30.6	404	
Итого за день		1482	48.44	41.37	213.06	1633.94	