

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
10.07.2026
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	энергет ическая ценност ь	энергетич еская ценность	№ рецепт уры
	Вермишель в молоке	150	200	4,3	5,75	3,9	5,21	14,1	18,83	108,8	145	160
	Какао с молоком	150	200	2,93	3,9	2,63	3,5	17,18	22,9	101,3	134,5	19
	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	9,15	12,32	10,9	14,83	44,1	59,67	308,2	416,84	
10-00	сок ясли	200		0		0		24		96		78
	компот из кураги		200		0,9		0,2		8,1		43	20
Итого		200	200	0,4	0,9	0,4	0,2	9,8	8,1	47	43	
	Салат из свежих помидоров с луком	40	60	0,43	0,64	3,05	4,08	1,48	2,2	35,9	49,3	57
	Суп картофельный с мясными	150	200	24,6	10,2	376	24,6	5,55	27,6	50,4	376	33
	Бигос с мясом	100	130	6,76	8,79	6,92	8,99	4,66	6,06	107,65	139,95	62
	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		490	660	36,54	26,23	386,47	38,37	63,89	107,11	419,45	873,75	
	Вафли " Нежные"	50	50	2	2	14	14	30	30	250	250	73
	Чай с лимоном	150	200	0	0	0	0	13,65	72	52,5	72	16
Итого		200	250	2	2	14	14	43,65	102	302,5	322	
Итого за день		1220	1552	48,09	41,45	411,77	67,4	161,44	276,88	1077,15	1655,59	