

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
14.07.2026
Возрастная категория : от 1 года до 3 лет/ 3-6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Вес блюда	белки	белки	жиры	жиры	углевод	углеводы	энергетическая ценность	энергетическая ценность	№ рецептуры
		от 1-3х	3-6 лет	от 1-3х	3-6лет	от 1-3х	3-6 лет	от1-3х	3-6лет	от1-3л	3-6 л	
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	200	4,5	6	3,98	5,3	23	30,7	146,3	198	8
	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	9,35	12,57	10,98	14,92	53	71,54	345,7	469,84	
10ч	Компот из сухофр.		200		0,4		0		19		80	70
	сок-ясли	200		0,4		0		24		96		78
Итого		200	200	0,4	0,4	0	0	9,8	9,8	47	47	
	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	40	60	0,48	0,72	2,4	3,6	3,56	5,34	38,8	58,2	29/1
	Суп -пюре гороховый	150	200	4,08	5,44	1,5	2	11,34	15,12	80,4	107,2	28/2
	Запеканка из рыбы с морковью	60	70	8,46	9,87	3,12	3,54	3,54	4,13	77,4	90,3	9/7
	Макаронные изделия	100	130	2,7	3,44	1,9	2,47	16,2	22,66	94	122,2	43/3
	Напиток из шиповника	150	200	0,3	0,4	0,15	0,2	25,05	33,4	97,5	130	23
	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	20,02	25,47	9,57	12,61	84,44	115,3	505,6	672,4	
	творожное со сгущенным молоком	80	100	11,76	14,7	9,68	12,1	10,96	13,7	179,2	224	50
	Биойогурт пит.	150	180	4,2	5,04	4,5	5,4	15,6	18,72	120	144	698
Итого		230	280	15,96	19,74	14,18	17,5	26,56	32,42	299,2	368	
Итог за день		1310	1652	45,73	58,18	34,73	45,03	173,8	229,06	1197,5	1557,24	