

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В.Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
20.07.2026.

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

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Вес блюда	белки	белки	жиры	жиры	углевод	углевод	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 ассорти молочная (пшенично-кукурузная) с маслом сливочным	150	200	4,5	6	4,5	6	20,6	27,4	186	248	12
	Чай с молоком.	150	200	2,1	2,8	2,1	2,8	16,8	22,4	91,5	122	17
	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	8,52	11,47	10,97	14,92	50,22	67,74	375,6	507,34	
10ч	Витаминизированный напиток "Витошка"		200		0		0		19		80	70
	сок-ясли	200		0		0		24		96		78
Итого		200	200	0	0	0	0	24	19	96	80	
	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом и растительным маслом	40	60	0,56	0,84	2,44	3,66	3,64	5,46	40,4	60,6	41/1
	Суп картофельный с рыбой	150	200	10,8	14,4	6,2	8,2	19,5	26	178,5	238	28
	Биточки из мяса говядины	60	70	9,33	10,89	6,93	8,09	9,42	10,99	137,25	160,12	608
	Каша гречневая вязкая	100	130	3,05	3,96	2,7	3,51	13,35	17,35	91	118,3	36
	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		550	730	28,49	36,69	18,77	24,16	98,11	131,05	672,65	885,52	
	Булочка "Дорожная"	60	70	4,68	5,46	6,72	7,84	31,92	37,24	210	245	14/12
	Чай с лимоном	150	200	0,15	0,2	0	0	54	72	54	72	16
Итого		210	270	4,83	5,66	6,72	7,84	85,92	109,24	264	317	
Итого за день		1290	1642	41,84	53,82	36,46	46,92	258,25	327,03	1408,25	1789,86	