

УТВЕРЖДАЮ:
заведующий МАДОУ № 4
О.В. Мельникова

Меню приготавливаемых блюд на
21.07.2026
Возрастная категория : от 1 года до 3 лет/ 3-6 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Вес блюда	белки	белки	жиры	жиры	углеводы	углеводы	энергетическая ценность
		от 1-3х	3-6 лет	от 1-3х	3-6лет	от 1-3х	3-6 лет	от1-3х	3-6лет	
	Каша молочная пшенная со сливочным маслом.	150	200	4,9	6,5	4,5	6	23,4	31,2	154,5
	Какао с молоком	150	200	2,93	3,9	2,63	3,5	17,18	22,9	101,3
	Батон с сыром	25/7	35/11	1,2	1,7	0,7	1	3,5	4,9	26
Итого		332	446	9,03	12,1	7,83	10,5	44,08	59	281,8
10ч	Яблоко	100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47
Итого		100	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	47
	Салат из свеклы с растительным маслом	40	60	0,57	0,86	2,43	3,65	3,34	5,02	37,56
	Суп -пюре гороховый	150	200	4,08	5,44	1,5	2	11,34	15,12	80,4
	Тефтели рыбные	60	70	7,96	9,28	1,27	1,48	6,72	7,84	70,23
	Макаронные изделия	100	130	2,7	3,44	1,9	2,47	16,2	22,66	94
	Компот из кураги.	150	200	0,6	0,8	0,15	0,2	27,15	36,2	108
	хлеб пшенич	25	35	2	2,8	0,25	0,35	13	18,2	60
	хле ржаной	25	35	2	2,8	0,25	0,35	11,75	16,45	57,5
Итого		550	730	19,91	25,42	7,75	10,5	89,5	121,49	507,69
	Запеканка из творога с рисом со сгущенным молоком	80/15	100/20	11,64/1,02	14,55/1,36	7,88/27	9,85/1,7	14,16/8,4	31,86/11,2	176/49,5
	Биойогурт пит.	150	180	4,2	5,04	4,5	5,4	15,6	18,72	120
Итого		245	300	16,86	20,95	13,65	16,95	22,56	43,06	345,5
Итого за день		1227	1576	46,2	58,87	29,63	38,35	165,94	233,35	1181,99