

УТВЕРЖДАЮ:
и.о.заведующего МАДОУ № 4
С.А.Петрова



Меню приготавливаемых блюд на
05.08.2026
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	энергети ческая ценность от1-3л	энергетич еская ценность 3-6 л	№ рецеп туры
	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	200	4,5	6	3,98	5,3	23	30,7	146,3	198	8
	Кофейный напиток с молоком	150	200	4,5	6	3,9	5,8	20,1	26,8	133,5	178	14
	Батон с маслом	25/5	35/7	1,92	2,67	4,37	6,12	12,82	17,94	98,1	137,34	
Итого		330	442	10,92	14,67	12,25	17,22	55,92	75,44	377,9	513,34	
10ч	Сок-ясли компот из сухофруктов	100	0	0	0	0	0	24	0	96	0	78
Итого		100	200	0	0	0	0,9		36,6		144	20
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	60	0,2	0,4	3,9	5,9	0,9	1,4	40	60	3
	Суп картофельный с крупой (геркулес)	150	200	4,05	5,4	6,6	8,8	24,45	32,6	175,5	234	31
	Котлеты(биточки) куриные	60	70	10,36	12,31	11,02	12,92	6,9	8,32	156,04	184,16	63
	Каша перловая с овощами	100	130	3,25	4,22	2,95	3,83	21,5	27,95	133,5	173,5	41/3
	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	22,16	28,33	25,12	32,35	103,55	138,32	720,04	946,16	
	Омлет паровой	80	105	6,24	8,19	8,4	11	1,1	1,47	104,8	137,5	13
Итого	Чай с молоком	150	200	2,1	2,8	2,1	2,8	16,8	22,4	91,5	122	17
Итого за день		230	305	8,34	10,99	10,5	13,8	17,9	23,87	196,3	259,5	
		1210	1577	41,42	53,99	47,87	64,27	201,37	274,23	1390,24	1863	