

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



Меню приготавливаемых блюд на 11.08.2026

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 |
|---------------|----------------------------------------------------|-----------|-----------|---------|--------|---------|---------|---------|----------|-------------------------|-------------------------|
|               |                                                    | 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 молочная пшенная со сливочным маслом.         | 150       | 200       | 4,9     | 6,5    | 4,5     | 6       | 23,4    | 31,2     | 154,5                   | 206                     |
|               | Чай с молоком                                      | 150       | 200       | 2,1     | 2,8    | 2,1     | 2,8     | 16,8    | 22,4     | 91,5                    | 122                     |
|               | 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       | 8,92    | 11,97  | 10,97   | 14,92   | 53,02   | 71,54    | 344,1                   | 465,34                  |
| 10ч           | Сок-ясли                                           | 100       | 100       | 0,9     | 0,9    | 0,2     | 0,2     | 8,1     | 8,1      | 43                      | 43                      |
|               | Компот из сухофруктов                              | 150       | 200       | 0,3     | 0,4    | 0,15    | 0,2     | 25,05   | 33,4     | 97,5                    | 130                     |
| Итого         |                                                    | 100       | 100       | 0,9     | 0,9    | 0,2     | 0,2     | 8,1     | 8,1      | 43                      | 43                      |
|               | 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                    |
|               | Щи с капустой и картофелем                         | 150       | 200       | 2,4     | 3,2    | 3,9     | 5,2     | 9,9     | 13,2     | 84                      | 112                     |
|               | Печень по-строгановски                             | 60        | 70        | 7,65    | 8,92   | 8,55    | 9,97    | 1,7     | 1,98     | 114,5                   | 133,5                   |
|               | Картофельное пюре                                  | 100       | 130       | 3,1     | 4,03   | 4,2     | 5,46    | 20,6    | 26,78    | 135                     | 175,5                   |
|               | Напиток из шиповника                               | 150       | 200       | 0,3     | 0,4    | 0,15    | 0,2     | 25,05   | 33,4     | 97,5                    | 130                     |
|               | хлеб пшенич                                        | 25        | 35        | 2       | 2,8    | 0,25    | 0,35    | 13      | 18,2     | 60                      | 84                      |
|               | хле ржаной                                         | 25        | 35        | 2       | 2,8    | 0,25    | 0,35    | 11,75   | 16,45    | 57,5                    | 80,5                    |
| Итого         |                                                    | 550       | 730       | 17,93   | 22,87  | 19,7    | 25,13   | 85,56   | 115,35   | 587,3                   | 773,7                   |
|               | Суфле творожное                                    | 80        | 100       | 11,76   | 14,7   | 9,68    | 12,1    | 10,96   | 13,7     | 179,2                   | 224                     |
|               | Биойогурт пит.                                     | 150       | 180       | 4,2     | 5,04   | 4,5     | 5,4     | 15,6    | 18,72    | 120                     | 144                     |
| Итого         |                                                    | 230       | 280       | 15,96   | 19,74  | 14,18   | 17,5    | 26,56   | 32,42    | 299,2                   | 368                     |
| Итого за день |                                                    | 1210      | 1552      | 43,71   | 55,48  | 45,05   | 57,75   | 173,24  | 227,41   | 1273,6                  | 1650,04                 |