

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



Меню приготавливаемых блюд на

13.08.2024

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 3-6 лет	жиры от 1-3х	жиры 3-6 лет	углевод от 1-3х	углевод 3-6 лет	энергетическая ценность от 1-3х	энергетическая ценность 3-6 л	№ реце птур ы
	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	200	4,8	6,4	5,6	7,4	20,4	27,2	151,5	202	9
	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	9,65	12,97	12,6	17,02	50,4	68,04	350,9	473,84	
10ч	Сок-ясли	100	100	0,9	0	0,2	0	8,1	0	43	0	69
	Компот из кураги		200	0	0	0	0,9	0	36,6	0	144	20
Итого		100	100	0,9	0	0,2	0,9	8,1	36,6	43	144	
	Салат из свежих помидоров	40	60	0,43	0,64	3,05	4,08	1,48	2,2	35,94	49,3	57
	Рассольник с крупой и сметаной	150	200	1,26	1,68	3,08	4,1	9,9	13,3	72,5	96,6	25
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	100	130	6,23	8,1	6,46	8,4	5,53	7,2	107,69	140	48/8
	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		490	660	12,67	17,02	13,09	17,28	69,11	93,95	441,63	594,4	
	Запеканка с яблоками	80	100	10,48	13,1	9,16	11,45	13,12	16,4	178,4	223	17/5
	Биойогурт	150	180	4,35	5,22	4,8	5,76	6	7,2	88,5	106,2	75
Итого		230	280	14,83	18,32	13,96	17,21	19,12	23,6	266,9	329,2	
Итого за день		1150	1482	38,05	48,31	39,85	52,41	146,73	222,19	1102,4	1541,44	