

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ №4
А.Ф. Тарасова

ЛИСТ №1



«01» Сентября 2025г (6й день).

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1г. до 3х	С 3 до 7 л.	С 1г. до 3л.	С 3 до 7 л.
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	117,34	184,24
Чай с молоком с сахаром	180/6	180/6	75,76	75,76
Бутерброд с сыром, с маслом сливочным	25/5/5	30/5/5	115,67	128,77
2-ой завтрак				
К/молочный напиток	150	180	76	92
Обед				
Томаты свежие порционно	30	50	6,6	11
Борщ на КБ со сметаной	150/5	180/7	70,31	85,97
Тефтели куриные запеченные в сметанно-томатном соусе /макаронные изд. (вермишель) отварная	40/20/110	50/25/130	90,00/118,12	112,50/141,76
Напиток из с/х фруктов	150	180	60	71,52
Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
Уплотненный полдник				
Биточки, рубленые из рыбы/ рис отварной маслом слив.	50/110/3	80/130/3	89,0	142,4/192,01
Сок/печенье	200/-	180/20	84,44/-	76/83,40
Чай с мармеладом	160/10	160/10	72,89	72,89
Хлеб	25	30	58,75	70,57
Белки/ Жиры/ Углеводы			38,48/33,35/200,89	48,55/43,00/234,68
Итого килокалорий			1266,58	1546,58

Ст. мед.сестра Санкова Т.В.

Повар Куликова Т.Н.