

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая МБДОУ №4

МЕНЮ

А.Ф.Тарасова

«02» Октября 2025г (9й день).

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1 г. до 3-х л.	С 3-х до 7 л.	С 1г. до 3л.	С 3 до 7 л.
Каша пшеничная молочная с маслом	140/3	180/3	191,96	241,16
Чай с молоком с сахаром	180/6	180/6	75,76	75,76
Бутерброд с сыром с маслом	25/5/5	30/5/5	115,67	128,77
2-ой завтрак				
Молоко кипяченое	150	180	85	102
Обед				
Салат из моркови	40	60	20,92	31,38
Рассольник Ленинградский на бульоне из говядины, со сметаной	150/6	180/7	166,84	198,54
Говядина тушеная с овощами по-татарски/ макаронные изделия отварные	30/30/110	40/30/130	101,63/101,42	150,93/145,06
Кисель	150	180	63	75,24
Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
Уплотненный полдник				
Фрукты	100	100	56,40	56,40
Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20	130/20	353,40	408,20
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	21,78	26,48
Белки/ Жиры/ Углеводы			56,40/53,33/203,28	66,59/61,45/223,86
Итого килокалорий			1422,71	1729,11

Ст.мед.сестра

Санкова Т.В.

Повар

Куликова Т.Н.