

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ №4



А.Ф.Тарасова

МЕНЮ

«03» Октября 2025г (10й 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 геркулесовая молочная с маслом	140/3	180/3	185.66	238.71
Кофейный напиток с молоком	180/6	180/6	74.58	74.58
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98,50	111.68
2-ой завтрак				
Кисломолочный напиток	150	180	76.0	92
Обед				
Томаты свежие порционно	30	50	6.6	11
Суп лапша домашняя на КБ	150	180	69,45	83,34
Жаркое из филе птицы	150	200	177,15	236,20
Компот из изюма и яблок	150	180	89,96	108,0
Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
Уплотненный полдник				
Сок /печенье	200/20	180/40	84,44/83,40	76,0/166,80
Котлеты рыбные/ рис отварной с маслом сливочным	50/110/2	70/130/2	72,63/134,03	101,72/161,79
Напиток из шиповника	150/5	180/6	26,15	31,38
Хлеб пшеничный 1 сорт	20	30	47	70,57
Белки/ Жиры/Углеводы			44,71/36,19/196,22	58,10/46,02/250,05
Итого килокалорий			1294,78	1652,96

Ст.мед.сестра Санкова Т.В.

Повар Куликова Т.Н.