

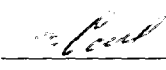
УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ №4

З.М. Держач

МЕНЮ

«09» Июля 2026г (9й день).

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1 г. до 3-х л.	С 3-х до 7 л.	С 1 г. до 3 л.	С 3 до 7 л.
Каша пшеничная молочная с маслом	140/3	180/3	117,34	184,24
Чай с молоком с сахаром	180	180	75,76	75,76
Бутерброд с сыром с маслом	25/5/5	30/5/5	115,67	128,77
2-ой завтрак				
Фрукты свежие	100	100	43	433,0
Обед				
Салат из свежей капусты с морковью	40	60	34,96	52,44
Суп -лапша домашняя на курином бульоне	150	180	69,45	83,34
Гуляш из отварной птицы/ каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	30/30/110/2	40/40/130/3	92,63/170,14	123,51/205,57
Кисель	150	180	63	75,24
Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
Уплотненный полдник				
кисломолочный напиток	150	180	76	92
Котлеты рыбные/картофельзапеченый	50/120	70/140	72,63/182,40	101,72/212,80
Печенье	20	40	83,4	166,8
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,57
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	21,78	26,48
Белки/ Жиры/ Углеводы			49,76/42,68/186,94	63,93/54,74/235,10
Итого килокалорий			1334,1	1731,13

Ст. мед.сестра  Санкова Т.В.

Повар  Шмелькова Н.А.