

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МБДОУ №4



МЕНЮ

«10» Октября 2025г (5й 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.
Суп молочный со звездочками	180	200	119,16	132,40
Какао с молоком	150/5	180/5	106,74	106,74
Бутерброд с маслом слив.	25/5	30/5	98,50	111,68
<b>2-ой завтрак</b>				
к/молочный напиток	150	180	83	102
<b>Обед</b>				
Салат из свежей капусты с морковью	40	60	34,96	52,44
Рассольник домашний с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	180/10/5	96,41	110,15
Запеканка картофельная с мясом со сметанным соусом	130/20	150/30	206,57	317,99
Компот из изюма и яблок	150	180	89,96	108,0
Хлеб ржаной	40	45	79,20	89,19
<b>Уплотненный полдник</b>				
Омлет натуральный	130	150	251,03	289,66
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	21,78	26,48
Хлеб пшеничный	25	30	58,75	70,57
Фрукты	100	100	47	47
<b>Белки/ Жиры/ Углеводы</b>			46,39/53,85/148,91	59,36/71,04/167,20
<b>Итого килокалорий</b>			<b>1277,10</b>	<b>1548,34</b>

Ст.мед.сестра Сидорова Санкова Т.В.

Повар Шмелькова Шмелькова Н.А.