

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ №4

МЕНЮ

 А. Ф. Тарасова

«11» Марта 2026г (3й 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 "Дружба" молочная с маслом слив.	140/3	180/3	155.56	215.85
Чай с молоком, 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				
Фрукты свежие	100	100	96	96
Обед				
Салат из припущенной моркови с курагой	40	60	25.68	38.52
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/20	180/20	90.4	104.08
Котлеты из мяса птицы/ макароны отварные с масл. сл	50/110/3	70/130/3	110.54/136.73	154.75/165.79
Кисель	150	180	62.7	75.24
Хлеб пшеничный/ржаной	20/35	30/45	47.0/69.23	70.50/89.19
Уплотненный полдник				
Кисломолочный напиток/вафли	150/20	180/20	76/108.5	92/108/5
Омлет натуральный	130	150	251.03	289.66
Напиток из шиповника	150/5	180/6	26.15	31.38
Хлеб пшеничный I сорт	25	30	58.75	70.5
Белки/ Жиры / Углеводы			51.97/58.94/190.1*	65.57/68.11/238.64
Итого килокалорий			1505,7	1831,8

Ст. мед сестра  Санкова Т.В.

Повар  Куликова Т.Н.