

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ №4

МЕНЮ

«12» Сентября 2024г (5й 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.
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
2-ой завтрак				
к/молочный напиток	150	180	83	102
Обед				
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
Уплотненный полдник				
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
Белки/ Жиры/ Углеводы			46,39/53,85/148,91	59,36/71,04/167,20
Итого кил.калорий			1277,10	1548,34

Ст. мед. сестра Сол Санкова Т.В.

Повар Шм Шмелькова Н.А.