

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ №4

А.Ф.Тарасова

МЕНЮ

«17» Марта 2026г (7й день).



Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1 г. до 3-х	С 3-х до 7 л.	С 1г. до 3л.	С 3 до 7 л.
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	171.47	214.80
Кофейный напиток с молоком	180	180	74.58	74.58
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98.50	111.68
2-ой завтрак				
Фрукты свежие	100	100	47	47
Обед				
Салат из квашенной капусты	30	50	25.71	42.85
Суп картофельный с пшенной крупой, с куриными фрикадельками.	150/10	180/10	71.65	81.94
Биточки рубленые из рыбы/пюре картофельное	50/120	80/140	89/109.80	142.40/128.10
Компот из свежих яблок	150	180	85.95	103.14
Хлеб ржаной	35	45	69.23	89.19
Уплотненный полдник				
Молоко кипяченое/печенье	150/20	180/40	85/83.40	102/166.80
Макаронные изделия отварные с сыром	130	150	178.82	206.33
Напиток из шиповника	150	180	26.15	31.38
Хлеб пшеничный 1 сорт	20	30	47	70.57
Белки/ Жиры/ Углеводы			36,37/33,92/158,44	52,76/48,12/234,74
Итого килокалорий			1091,79	1612,76

Ст.мед.сестра Т.В. Санкова Санкова Т.В.

Повар Н.А. Шмелькова Шмелькова Н.А.