

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ №4

 А. Ф. Тарасова

МЕНЮ

«18» Марта 2026г (8й 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 геркулесовая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	185.66	238.71
Какао с молоком	180	180	90.78	90.78
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98.50	111.68
2-ой завтрак				
Сок	200	200	84.80	84.80
Обед				
Винегрет овощной	40	60	37.92	56.88
Щи со свежей капустой, с картофелем, с мясными фрикадельками, со сметаной	150/10/5	180/10/7	81.56	84.80
Тефтели мясные в томатном соусе/ гороховое пюре	45/15/110	60/20/130	94.39/163.9	125.85/196.94
Компот из урюка	150	180	56.83	68.20
Хлеб ржаной	35	45	69.23	89.19
Уплотненный полдник				
кисломолочный напиток	150	180	76	92
Пудинг творожный с повидлом	110/20	130/20	330.50	360.20
Чай с сахаром	150/5	180/6	20.08	24.10
Белки/ Жиры/ Углеводы			55.25/45.02/189.3	62.8/55.29/216.21
Итого килокалорий			1390.15	1624.13

Ст. мед. сестра  Санкова Т. В.

Повар  Шмелькова Н. А.