

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МБДОУ №4

З.М. Деркач

**МЕНЮ**

«19» Мая 2026г (2й день)

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1г. до 3х л.	С 3 до 7 л.	С 1г. до 3л.	С 3 до 7 л.
Каша полбяная молочная с маслом	140/3	180/3	162	207.32
Какао с молоком	180/6	180/6	90.78	90.78
Бутерброд с маслом	25/5	30/5	98.50	111.68
<b>2-ой завтрак</b>				
Сок	200	200	84.80	84.80
<b>Обед</b>				
Салат картофельный с морковью и солеными огурцами	40	60	64.64	51.96
Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной	150/5	180/7	70.31	85.97
Гуляш из отварной говядины/каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	30/30/110/2	40/40/130/3	132.60/170.14	176.80/205.27
Компот из свежих яблок	150	180	85.95	103.14
Хлеб пшеничный/ ржаной	25/35	35/45	58.75/69.23	82.25/89.19
<b>Уплотненный полдник</b>				
Кисломолочный напиток	150	180	76	92
Королевская ватрушка	130/150	130/20	350.13	404
Чай с сахаром, с лимоном	150/5/5	180/6/7	21.78	26.48
Белки/Жиры/Углеводы			52,64/46,67/217,12	62,90/57,30/258,27
Итого килокалорий			1505.61	1811.63

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

Повар Н.А. Шмелькова Шмелькова Н.А.