



Детский
Сад № 4
Заведующая МБДОУ №4

А.Ф. Тарасова

МЕНЮ

«01» Декабря 2025г (1й 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 геркулесовая молочная с маслом | 140/3 | 180/3 | 185.66 | 238.71 |
| Кофеинный напиток с молоком | 180 | 180 | 74.58 | 74.58 |
| Бутерброд с сыром с маслом сл. | 25/5/5 | 30/5/5 | 115.67 | 128.77 |
| 2-ой завтрак | | | | |
| Фрукты свежие | 100 | 100 | 47 | 47 |
| Обед | | | | |
| Салат из кукурузы к/с /икра кабачковая | 40 | 50 | 29,7 | 34,8 |
| Суп картофельный с клецками на курином бульоне | 150 | 180 | 8936 | 107.24 |
| плов из отварной птицы | 150 | 200 | 229 | 282.55 |
| Напиток из с/х фруктов | 150 | 180 | 60 | 72 |
| Хлеб пшеничный/ ржаной | 30/35 | 35/45 | 70.57/69.23 | 82.25/89.19 |
| Уплотненный полдник | | | | |
| Печенье | 20 | 20 | 83.4 | 83.4 |
| Кисломолочный напиток | | | 76 | 92 |
| Пудинг из рыбы/соус молочный/ пюре картофельное | 45/15/120 | 60/20/140 | 80/109.8 | 106,67/128,10 |
| Чай с сахаром | 150/5 | 180/6 | 19,95 | 23,94 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | 35 | 70.57 | 82.25 |
| Белки/Жиры/Углеводы | | | 52,43/40,81/204,18 | 59,54/49,49/240,23 |
| Итого килокалорий | | | 1410,58 | 1672,96 |

Ст.мед.сестра

Саш

Санкова Т.В.

Повар

Мур

Куликова Т.Н.