

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МБДОУ №4



А.Ф. Козлова

### МЕНЮ

«08» Апреля 2026г (3й 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 "Дружба" молочная с маслом слив.           | 140/3                 | 180/3       | 155.56                    | 215.85                    |
| Чай с молоком, сахаром                          | 180/6                 | 180/6       | 75.76                     | 75.76                     |
| Бутерброд с сыром, с маслом сливочным           | 25/5/5                | 30/5/5      | 115.67                    | 128.77                    |
| <b>2-ой завтрак</b>                             |                       |             |                           |                           |
| Фрукты свежие                                   | 100                   | 100         | 96                        | 96                        |
| <b>Обед</b>                                     |                       |             |                           |                           |
| Салат из припущенной моркови с изюмом           | 40                    | 60          | 25.68                     | 38.52                     |
| Суп картофельный с рыбными фрикадельками        | 150/20                | 180/20      | 90.4                      | 104.08                    |
| Биточки домашние/ макароны отварные с масл. сл. | 50/110/3              | 70/130/3    | 110.54/136.73             | 154.75/165.79             |
| Кисель  | 150                   | 180         | 62.7                      | 75.24                     |
| Хлеб пшеничный/ржаной                           | 20/35                 | 30/45       | 47.0/69.23                | 70.50/89.19               |
| <b>Уплотненный полдник</b>                      |                       |             |                           |                           |
| Кисломолочный напиток/вафли                     | 150/20                | 180/20      | 76/108.5                  | 92/108/5                  |
| Омлет натуральный                               | 130                   | 150         | 251.03                    | 289.66                    |
| Напиток из шиповника                            | 150/5                 | 180/6       | 26.15                     | 31.38                     |
| Хлеб пшеничный I сорт                           | 25                    | 30          | 58.75                     | 70.5                      |
| <b>Белки/ Жиры / Углеводы</b>                   |                       |             | <b>51.97/58.94/190.17</b> | <b>65.57/68.11/238.64</b> |
| <b>Итого килокалорий</b>                        |                       |             | <b>1505,7</b>             | <b>1831,8</b>             |

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

Повар Н.А. Шмелькова Шмелькова Н.А.