



УТВЕРЖДАЮ

Заведующая МБДОУ №4

А.Ф.Тарасова

«15» 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
Кофейный 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
<b>2-ой завтрак</b>				
Фрукты свежие	100	100	47	47
<b>Обед</b>				
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
<b>Уплотненный полдник</b>				
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
<b>Итого килокалорий</b>			<b>1410,58</b>	<b>1672,96</b>

Ст.мед.сестра Санкова Т.В.Повар Куликова Т.Н.