

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МБДОУ №4

А.Ф.Козлова

### МЕНЮ

«16» Апреля 2026г (9й 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 пшеничная молочная с маслом	140/3	180/3	117,34	184,24
Чай с молоком с сахаром	180/6	180/6	75,76	75,76
Бутерброд с сыром с маслом	25/5/5	30/5/5	115,67	128,77
<b>2-ой завтрак</b>				
Фрукты свежие	100	100	43	433,0
<b>Обед</b>				
Винегрет овощной	40	60	20,92	31,38
Суп - лапша домашняя на курином бульоне	150	180	69,45	83,34
Гуляш из отварной птицы/ каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	30/30/110/2	40/40/130/3	92,63/170,14	123,51/205,57
Кисель	150	180	63	75,24
Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
<b>Уплотненный полдник</b>				
кисломолочный напиток	150	180	76	92
Котлеты рыбные/картофельзапеченый	50/120	70/140	72,63/182,40	101,72/212,80
Булочка сладкая	35	50	123,9	151
Хлеб пшеничный	20	30	47,0	70,57
Чай с сахаром и лимоном	150/5/5	180/6/7	21,78	26,48
<b>Белки/ Жиры/ Углеводы</b>			49,63/40,72/186,78	63,52/51,76/233,14
<b>Итого килокалорий</b>			<b>1355,80</b>	<b>1679,05</b>

Ст. мед.сестра Сева Санкова Т.Б.

Повар Шмелькова Шмелькова Н.А.