

УТВЕРЖДАЮ

Заведующая МБДОУ №4

Детским

А.Ф. Тарасова

МЕНЮ

«16» Декабря 2025г (2й день).

Завтрак	Все (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1г. до 3л.	С 3 л 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
2-ой завтрак				
Сок	200	200	84,80	84,80
Обед				
Салат из моркови	40	60	20,92	2,88
Борщ со свежей капустой, картофелем на мясном бульоне, со сметаной	150/5	180/7	70,31	85,97
Гуляш из отварной говядины/каша перловая с овощами с маслом сливочным	30/30/120/3	40/40/150/3	132,60/170,14	176,80/205,27
Компот из изюма	150	180	85,95	103,14
Хлеб пшеничный/ ржаной	25/35	35/45	58,75/69,23	82,25/89,19
Уплотненный полдник				
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			52,60/44,62/218,34	62,83/54,23/260,10
Итого килокалорий			1491,89	1791,05

Ст. мед.сестра Санкова Т.В.

Повар Куликова Т.Н.