

УТВЕРЖДАЮ
Заведующая МБДОУ №4

З.М. Держак
З.М. Держак

МЕНЮ

«04» Июня 2026г (4й день).

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1 г. до 3-х л.	С 3-х до 7 л.	С 1г. до 3л.	С 3 до 7 л.
Каша ячневая молочная с маслом сливочным	140/3	180/3	171,47	214,80
Кофейный напиток с молоком	180	180	74,58	74,58
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98,50	111,68
2-ой завтрак				
Сок	200	200	84,80	84,80
Обед				
Салат из свеклы с яблоками	40	60	30,68	46,02
Суп картофельный с горохом на бульоне из говядины	150	180	88,95	106,74
Говядина тушеная с овощами по-татарски/картофельное пюре	30/30/120	40/40/140	101,63/109,80	150,93/128,10
Компот из урюка	150	180	56,83	68,20
Хлеб пшеничный/ржаной	20/35	25/45	47/69,23	58,75/89,19
Уплотненный полдник				
Кисломолочный напиток	150	180	76	92
Запеканка творожная с молоком сгущенным	110/20	130/20	353,40	408,20
Чай с сахаром	150/5	180/6	20,08	24,10
Белки/ Жиры/ Углеводы			55,99/51,31/191,36	65,16/59,28/208,04
Итого килокалорий			1382,95	1658,09

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

Повар *Н. А. Шмелькова* Шмелькова Н.А.