

Заведующая МБДОУ №4



Т.В. Парасова

«09» Февраля 2026г (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		
2-ой завтрак						
Фрукты свежие	100	100	47	47		
Обед						
Салат из кукурузы к/с /икра кабачковая	40	50	29.7	34.8		
Суп картофельный с клецками на курином бульоне	150	180	89.36	107.24		
Плов из отварной птицы	150	200	229	282.55		
Паниток из с/х фруктов	150	180	60	72		
Хлеб пшеничный/ ржаной	30/35	35/45	70.57/69.23	82.25 89.19		
Уплотненный полдник						
Печенье	20	20	83.4	83.4		
Кисломолочный напиток	150	180	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		
Итого килокалорий			1410,58	1672,96		

Ст.мел.сестра

Санкова Г.В.

Повар

Куликова Г.Н.