

Заведующая МБДОУ №4

Гарасова А.Ф. Гарасова  
МЕНС

16» Февраля 2026г (6й день)

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Нормативная ценность	
	С 1г. до 3х л.	С 3 до 7 л.	С 1г. до 3л.	С 3 до 7 л.
Каша жидкая молочная гречневая с маслом сливочным	140/3	180/3	180.10	255.90
Чай с молоком с сахаром	180/6	180/6	75.76	75.76
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98.50	111.68
<b>2-ой завтрак</b>				
Сок	200	200	84.80	84.80
<b>Обед</b>				
Салат из кукурузы к с	30	50	29.79	49.65
Борщ на КБ со сметаной	150/5	180/7	70.31	85.97
Жаркое по домашнему с птицей	150	200	177.15	236.20
Напиток из с/х фруктов	150	180	60	71.52
Хлеб ржаной	35	45	69.23	89.19
<b>Уплотненный полдник</b>				
Кисломолочный напиток	150	180	76.00	92
Омлет натуральный	130	150	251.03	289.6
Чай с сахаром, с яблоком	150/5/10	180/6/10	24.70	28.70
Хлеб	25	30	58.75	58.81
Белки/Жиры/Углеводы			47.93/52.48/146.74	57.78/6276/173.63
<b>Итого килокалорий</b>			<b>1256,12</b>	<b>1499.84</b>

Ст. мед сестра

Новар

Санкова Т В

Куликова Г Н