

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующая МБДОУ №4

*М.Ран* А.Ф.Тарасова

МЕНЮ

«23» Декабря 2025г (7й день).

Завтрак	Вес (масса) в граммах		Энергетическая ценность	
	С 1 г. до 3-х	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
Кофеинный напиток с молоком	180	180	74,58	74,58
Бутерброд с маслом сливочным	25/5	30/5	98,50	111,68
<b>2-ой завтрак</b>				
Фрукты свежие	100	100	47	47
<b>Обед</b>				
Салат из квашенной капусты	30	50	25,71	42,85
Суп картофельный с пшеном с мясными фрикадельками.	150/10	180/10	71,65	81,94
Биточки рубленные из рыбы/пюре картофельное	50/120	80/140	89/109,80	142.40/128.10
Компот из изюма	150	180	85,95	103,14
Хлеб ржаной	35	45	69,23	89,19
<b>Уплотненный полдник</b>				
Молоко кипяченное/печенье	150/20	180/40	85/83,40	102/166,80
Макаронные изделия отварные с сыром	130	150	178,82	206,33
Напиток из шиповника	150	180	26,15	31,38
Хлеб пшеничный 1 сорт	20	30	47	70,57
<b>Белки/ Жиры/ Углеводы</b>			36,37/3392/158,44	52,76/48,12/234,74
<b>Итого килокалорий</b>			<b>1091,79</b>	<b>1612,76</b>

Ст.мед.сестра *Светлана* Санкова Т.В.

Повар *Курилова* Куликова Т.Н.