

16 июля 2026, четверг
Меню 1-3 года (ясли)

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ ДС № 4 Э.А. Садыхова

4-ый день



№ реп.	Наименование блюд и продукты	Выход/ блюда	Б/гр/	Ж/гр/	У/гр/	ККАЛ	Витамины С
	1	2	3	4	5	6	7
1-ый завтрак							
311	Каши ячневая молочная жидкая	1/180	5,03	3,45	13,2	261,5	
684	Чай с сахаром	1/180	0,2	0	9,4	58,0	
1	Батон нарезной	20	1,33	0,13	9,47	38,0	
2 – ой завтрак							
707	Сок	1/100	0,5	0	12,36	38,0	
ОБЕД							
152	Суп лапша на курином бульоне	1200	7,86	8,4	13,9	182,17	
492	Плов из мяса курицы	102/38	8,57	15,21	1024	190,15	
639	Компот из сухофруктов витаминизированный	1/180	0,54	0	20,86	121,5	
	Хлеб белый	20	1,32	0,46	2,1	45,4	
	Хлеб пеклеванный	20	3,32	0,52	27,36	72,4	
Полдник							
388	Рыба тушеная с овощами	70/70	13,0	862	8,52	155,7	
648	Чай с сахаром	1/180	0,2	0	38,16	145,8	
	Хлеб пшен						
368	Фрукты свежие	1/100	0,38	0	9,34	42,75	
Ужин							
697	Молоко	1/100	2,8	3,2	4,7	58,0	
792	Кондитерские изделия	30	1,04	0,91	8,53	13,5	
итого							
Норма			49,97	43,2	185,70	1 659,94	
			42	47	203	1400	