

Утверждено:
ИП Чернов К.А.

Чернов



К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 3



Е.М. Блохина

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет

09.02.2026 г.

день: шестой

дата:

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Масса порции (г) |
|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------------|------------------|
| б | ж | у | ккал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 8,58 | 8,83 | 22,93 | 205,66 | макароны отварные с маслом ,сахаром | 160 |
| 2,5 | 3,94 | 28,9 | 127,6 | бутерброд с повидлом 30/15 | 45 |
| 0,2 | 0 | 15,04 | 60 | чай с сахаром | 200 |
| 11,28 | 12,77 | 66,87 | 393,26 | Итого | 405 |

2 ЗАВТАК

| | | | | | |
|-----|---|------|----|-----------------------------------|------------|
| 0,5 | 0 | 10,1 | 46 | соки овощные, фруктовые и ягодные | 100 |
| 0,5 | 0 | 10,1 | 46 | Итого | 100 |

Обед

| | | | | | |
|--------------|---------------|--------------|---------------|---------------------------------------|------------|
| 0,71 | 3,04 | 4,2 | 46,95 | свекла отварная с растительным маслом | 50 |
| 4,15 | 2,95 | 10,26 | 85,38 | суп картофельный с клецками | 180 |
| 16,68 | 9,4 | 22,68 | 242,64 | плов из птицы | 180 |
| 0,09 | 0,108 | 22,59 | 107,28 | кисель из яблок | 180 |
| 1,91 | 0,3 | 12,3 | 58,8 | хлеб ржаной | 30 |
| 1,8 | 0,75 | 7,35 | 46,41 | хлеб пшеничный | 30 |
| 25,34 | 16,548 | 79,38 | 587,46 | Итого | 650 |

ПОЛДНИК

| | | | | | |
|--------------|---------------|---------------|----------------|----------------------|-------------|
| 4,22 | 4,81 | 29,22 | 177 | булочка "Российская" | 60 |
| 3 | 2,47 | 15,11 | 93,94 | чай с молоком | 190 |
| 7,22 | 7,28 | 44,33 | 270,94 | Итого | 250 |
| 44,34 | 36,598 | 200,68 | 1297,66 | Всего на день | 1405 |