

Утверждено:

ИП Чернов К.А.



К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 3

Е.М. Блохина

печать, подпись, расшифровка



Ежедневное меню

ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1 х до 3 лет

27.04.2026 г.

день: первый

дата:

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
2,78	4,32	19,18	92,8	омлет натуральный	90
0,48	1,88	3,08	31,20	Икра кабачковая	40
4,12	3,34	7,35	82,41	Бутерброд с сыром 30/10	40
0,18	0	13,54	54,85	чай с сахаром	180
7,56	9,54	43,15	261,26	Итого	350

2 ЗАВТАК

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

Обед

0,24	0,03	0,51	3	огурцы соленые	30
3,29	3,16	9,92	88,95	суп картофельный с бобовыми (горох)	150
7,45	5,7	6,45	107,5	фрикадельки куриные	50
2,76	8,13	16,07	153,57	Каша пшеничная рассыпчатая	110
0,12	0,12	20,91	85,95	компот из свежих плодов с витамином С	150
1,27	0,2	8,2	39,2	хлеб ржаной	20
1,2	0,33	4,9	30,94	хлеб пшеничный	20
16,33	17,67	66,96	509,11	Итого	530

ПОЛДНИК

4,98	2,37	36,3	188,73	Сдоба обыкновенная	70
3,49	2,7	9,49	75,3	какао с молоком	150
8,47	5,07	45,79	264,03	Итого	220
32,86	32,28	166	1080,4	Всего на день	1200