

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**

день: восьмой

**06.05.2026 г.**

дата:

| Пищевая ценность |               |               |               | Наименование блюда                   | Масса порции (г) |
|------------------|---------------|---------------|---------------|--------------------------------------|------------------|
| б                | ж             | у             | ккал          |                                      |                  |
| <b>Завтрак</b>   |               |               |               |                                      |                  |
| 4,5              | 6,13          | 21,98         | 179,3         | каша жидкая молочная из манной крупы | 150              |
| 2,32             | 3,865         | 14,825        | 103,55        | бутерброд с маслом 30/5              | 35               |
| 2,84             | 2,41          | 14,35         | 90,54         | кофейный напиток с молоком           | 180              |
| <b>9,66</b>      | <b>12,405</b> | <b>51,155</b> | <b>373,39</b> | Итого                                | <b>365</b>       |

**2 ЗАВТАК**

|     |   |      |      |                                   |     |
|-----|---|------|------|-----------------------------------|-----|
| 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | соки овощные, фруктовые и ягодные | 100 |
| 0,5 | 0 | 10,1 | 42,4 | Итого                             | 100 |

**Обед**

|              |              |              |               |  |            |
|--------------|--------------|--------------|---------------|--|------------|
| 0,42         | 1,19         | 2,36         | 21,99         | икра свекольная                                    | 30         |
| 1,35         | 3,58         | 6,15         | 63,3          | щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 150/5 | 155        |
| 6,4          | 4,52         | 2,22         | 82,5          | Запеканка из печени с рисом                        | 50         |
| 6,08         | 6,56         | 27,4         | 192,5         | Каша гречневая                                     | 110        |
| 0,41         | 1,05         | 1,42         | 16,76         | Соус сметанный                                     | 20         |
| 0,5          | 0,07         | 24           | 99,6          | компот из смеси сухофруктов с витамином С          | 150        |
| 1,59         | 0,25         | 10,25        | 49            | хлеб ржаной  | 25         |
| 1,5          | 0,41         | 6,12         | 38,67         | хлеб пшеничный                                     | 25         |
| <b>18,25</b> | <b>17,63</b> | <b>79,92</b> | <b>564,32</b> | Итого  | <b>565</b> |

**ПОЛДНИК**

|              |               |                |                |                      |             |
|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------------|-------------|
| 4,32         | 1,76          | 41,67          | 201            | пирожок с повидлом   | 75          |
| 0,5          | 0,01          | 11,24          | 45             | чай с сахаром        | 160         |
| <b>4,82</b>  | <b>1,77</b>   | <b>52,91</b>   | <b>246</b>     | Итого                | <b>235</b>  |
| <b>33,23</b> | <b>31,805</b> | <b>194,085</b> | <b>1226,11</b> | <b>Всего на день</b> | <b>1265</b> |