

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: второй

12.05.2026 г.

дата:

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
4,2	4,74	14,82	84,6	суп молочный с макаронными изделиями	150
2,07	6,56	13,03	119	бутерброд с маслом	35
0,24	0,01	13,73	56,99	чай с сахаром и лимоном	180
6,51	11,31	41,58	260,59	Итого	365

2 ЗАВТАК

0,4	0,4	9,8	47	фрукты свежие	100
0,4	0,4	9,8	47	Итого	100

Обед

0,42	1,077	0,42	19,8	морковь припущенная	30
1,5	5,12	8,16	84,6	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	155
10,1	12,45	6,4	177	котлеты рубленые из птицы	50
2,64	6,6	26,18	146,63	рис припущенный	110
0,28	0,99	1,17	14,82	соус сметанный	20
0,5	0,07	24	99,6	Компот из смеси сухофруктов 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
17,91	26,837	79,43	612,59	Итого	555

ПОЛДНИК

13,5	24,51	31,71	369,05	запеканка из творога с соусом молочным сладким	100/20
2,66	2,6	14,31	60,75	чай с молоком	150
16,16	27,11	46,02	429,8	Итого	150
40,98	65,657	176,83	1349,98	Всего на день	1290