

Утверждено:

ИП Чернов К.А.



К.А.Чернов

Кирилл Александрович печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 3



Е.М. Блохина

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1 х до 3 лет

13.05.2026 г.

день: третий

дата:

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
6,6	6,84	26,49	195,6	каша жидкая молочная из гречневой крупы	150
2,5	3,94	28,9	127,6	бутерброд с повидлом 30/15	45
3,86	2,93	11,33	86	кофейный напиток с молоком	150
12,96	13,71	66,72	409,2	Итого	345

2 ЗАВТАК

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

Обед

0,43	1,82	2,5	28,17	свекла отварная с растительным маслом	30
2,03	1,95	14,18	83,25	суп картофельный с макаронными изделиями	150
9,5	14,07	32,67	283,9	голубцы с мясом (ленивые)	90
2,76	8,13	16,07	153,57	пюре картофельное	110
0,05	0,03	17,28	83,7	кисель из яблок 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
17,24	26,53	95,8	702,73	Итого	570

ПОЛДНИК

4,2	4,8	6,15	87,75	кисломолочный продукт	150
4,05	3,26	35,5	121,5	Кондитерское изделие	50
8,25	8,06	41,65	209,25	Итого	200
38,95	48,3	214,27	1367,18	Всего на день	1215