

Утверждено:

ИП Чернов К.А.



печать, подпись, расшифровка

К.А.Чернов

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 34

Заведующий МБДОУ №3 г.Шахты



Е.М. Блохина

Ежедневное меню

для ДЕТЕЙ 3-7 лет

день: шестой

18.05.2026 г.

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
0,24	0,02	10,2	41	чай с сахаром и лимоном	180
11,32	12,79	62,03	374,26	Итого	385

2 ЗАВТРАК

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
44,404	36,62	200,54	1281	Всего на день	1385