

Утверждено:

ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов

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: седьмой

19.05.2026 г.

дата:

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
3,64	7,65	23,865	179,3	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	155
4,12	3,34	7,35	82,41	Бутерброд с сыром 30/10	40
0,5	0,01	11,24	45	чай с сахаром	160
8,26	11	42,455	306,71	Итого	355

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	150
7,95	7,2	8	130,5	котлеты биточки, шницели	50
2,76	8,13	16,07	153,57	Пюре картофельное	110
0,12	0,12	20,91	85,95	компот из свежих плодов 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
15,84	22,307	69,93	562,09	Итого	540

ПОЛДНИК

13	23,39	28,41	343,68	запеканка из творога с соусом молочным сладким	100/20
4,2	4,8	6,15	87,75	кисломолочный продукт кефир	150
17,2	28,19	34,56	431,43	Итого	270
41,7	61,897	156,745	1347,23	Всего на день	1265