

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

день: третий

27.05.2026 г.

дата:

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
<b>Завтрак</b>					
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
<b>12,96</b>	<b>13,71</b>	<b>66,72</b>	<b>409,2</b>	Итого	<b>345</b>

### 2 ЗАВТАК

0,5	0	10,1	46	соки овощные, фруктовые и ягодные	100
<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	Итого	<b>100</b>

### 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
<b>17,24</b>	<b>26,53</b>	<b>95,8</b>	<b>702,73</b>	Итого	<b>570</b>

### 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
<b>38,95</b>	<b>48,3</b>	<b>214,27</b>	<b>1367,18</b>	<b>Всего на день</b>	<b>1215</b>