

Утверждено:
ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 3Г.Шахты

Е.М. Блохина

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню
ДЛЯ ЯСЛЕЙ ОТ 1 х до 3 лет

01.06.2026 г.

день: шестой

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Масса порции (г) |
|------------------|------|-------|--------|--|------------------|
| б | ж | у | ккал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 6,97 | 7,17 | 18,63 | 167,09 | макароны изделия отварные с маслом,сахаром | 130 |
| 2,4 | 0,3 | 28,38 | 127,82 | бутерброд с повидлом 30/15 | 45 |
| 0,24 | 0 | 13,68 | 56,84 | чай с лимоном | 180 |
| 9,61 | 7,47 | 60,69 | 351,75 | Итого | 355 |

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 | Салат из свеклы отварной | 30 |
| 5,14 | 3,28 | 11,27 | 94,52 | суп картофельный с клецками(на курином бульоне) | 150 |
| 13,9 | 7,85 | 18,9 | 202,2 | плов из птицы | 150 |
| 0,078 | 0 | 21,8 | 87,52 | кисель из яблок 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 |
| 22,638 | 13,61 | 70,84 | 500,08 | Итого | 530 |
| ПОЛДНИК | | | | | |
| 4,22 | 4,81 | 29,22 | 177 | булочка "Российская" | 60 |
| 1,45 | 1,25 | 17,34 | 87,00 | чай с молоком | 150 |
| 5,67 | 6,06 | 46,56 | 264 | Итого | 210 |
| 38,418 | 27,14 | 188,19 | 1161,83 | Всего на день | 1195 |