

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

03.06.2026 г.

день: восьмой

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Масса порции (г) |
|------------------|-----------|--------------|---------------|--------------------------------------|------------------|
| б | ж | у | ккал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 4 | 4,3 | 19 | 130,7 | каша жидкая молочная из манной крупы | 150 |
| 4,9 | 4,45 | 12,46 | 131,88 | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40 |
| 3,42 | 2,25 | 12,5 | 83,7 | кофейный напиток с молоком | 180 |
| 12,32 | 11 | 43,96 | 346,28 | Итого | 370 |

2 ЗАВТАК

| | | | | | |
|------|------|-------|-------|-----------------------------------|--------|
| 0,50 | 0,00 | 10,10 | 46,00 | соки овощные, фруктовые и ягодные | 100,00 |
| 0,50 | 0,00 | 10,10 | 46,00 | Итого | 100,00 |

Обед

| | | | | | |
|--------------|---------------|-------------|---------------|--|------------|
| 0,53 | 1,063 | 2,82 | 20,25 | Овощи припущенные (морковь) | 30 |
| 3,58 | 4,88 | 4,45 | 76,23 | Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной на курином бульоне) | 155 |
| 5,98 | 3,28 | 5,15 | 72,72 | Запеканка из печени с рисом | 50 |
| 2,71 | 3,52 | 26,77 | 149,23 | Каша гречневая | 110 |
| 0,58 | 1 | 1,14 | 16,02 | Соус сметанный | 20 |
| 0,5 | 0,07 | 24 | 99,6 | компот из смеси сухофруктов 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 |
| 16,97 | 14,473 | 80,7 | 521,72 | Итого | 565 |

ПОЛДНИК

| | | | | | |
|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------------|----------------|
| 4,32 | 1,76 | 41,67 | 201 | пирожок с повидлом | 75 |
| 4,35 | 3,75 | 7,2 | 80,25 | молоко кипяченое | 150 |
| 8,67 | 5,51 | 48,87 | 281,25 | Итого | 225 |
| 38,46 | 30,98 | 183,63 | 1195,25 | Всего на день | 1260,00 |