



Утверждено:
ИП Чернов К.А.
Чернов
Александрович
ИНН 615510780748
ОрНИП 313618204500022
г. Шахты, Ростовская область

Согласовано:
Заведующий МБДОУ № 3 г.Шахты
К.А.Чернов
печать, подпись, расшифровка



Е.М. Блохина
печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню для детей 3-7 лет

09.06.2026 г.

день: второй

день: второй

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
4,95	4,09	16,07	120,89	суп молочный с макаронными изделиями	185
2,32	3,86	14,82	103,55	бутерброд с маслом 30/5	35
0,24	0	13,68	56,84	чай с лимоном	180
7,51	7,95	44,57	281,28	Итого	400

2 ЗАВТАК

0,4	0,4	9,8	47	фрукты свежие	100
0,4	0,4	9,8	47	Итого	100

Обед

0,89	1,76	4,71	33,75	Овощи припущенные (морковь)	50
4,13	4,93	8,45	100,91	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	185
14,4	3,2	10,1	126,4	котлеты рубленые из птицы	70
3,2	4,16	31,63	176,36	рис припущенный	130
0,58	1	1,14	16,02	соус сметанный	20
0,6	0,08	28,8	119,52	Компот из смеси сухофруктов с вита	180
1,91	0,3	12,3	58,8	хлеб ржаной	30
1,2	0,33	4,9	30,94	хлеб пшеничный	20
26,91	15,76	102,03	662,7	Итого	685

ПОЛДНИК

3,65	5,25	24,8	158	Ватрушка с творогом	75
2,67	1,5	14,44	104,4	чай с молоком	180
6,32	6,75	39,24	262,4	Итого	255
41,14	30,86	195,64	1253,38	Всего на день	1440

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830134

Владелец Блохина Елена Михайловна

Действителен с 10.11.2025 по 10.11.2026