



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

10.06.2026 г.

день: третий

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
6,47	6,49	29,5	193,16	каша жидкая молочная из гречневой крупы	155
2,4	0,3	28,38	127,82	бутерброд с повидлом 30/15	45
3,73	2,88	10,13	80,32	какао с молоком	160
12,6	9,67	68,01	401,3	Итого	360

2 ЗАВТАК

0,5	0	10,1	46	соки овощные, фруктовые и ягодные	100
0,5	0	10,1	46	Итого	100

Обед

Обед					
0,43	1,82	2,48	28,04	Салат из свеклы отварной	30
3,83	2,09	13,54	89,7	суп картофельный с макаронными изделиями(на курином бульоне)	150
12,6	11,4	9,6	192,6	голубцы ленивые	150
0,078	0	21,8	87,52	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
19,408	15,84	60,52	468	Итого	520

ПОЛДНИК

4,35	3,75	6,00	75,00	кисломолочный продукт (кефир)	150
4,12	3,74	44,42	228	Ватрушка с повидлом	75
8,47	7,49	50,42	303	Итого	225
40,978	33	189,05	1218,3	Всего на день	1205

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830134

Владелец Блохина Елена Михайловна

Действителен с 10.11.2025 по 10.11.2026