

Утверждено:
ИП Чернов К.А.



К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 3 г.Шахты

Е.М. Блохина

печать, подпись, расшифровка



Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет

10.06.2026 г.

день: третий

денег, времени

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
7,77	7,79	35,5	231,65	каша жидкая молочная из гречневой крупы	180
2,4	0,3	28,38	127,82	бутерброд с повидлом 30/15	45
3,42	2,25	12,5	83,7	какао с молоком	180
13,59	10,34	76,38	443,17	Итого	405

2 ЗАВТАК

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

Обед

0,71	3,04	4,14	46,74	Салат из свеклы отварной	50
4,64	2,49	16,65	100,44	суп картофельный с макаронными изд	180
15,12	13,68	11,52	231,12	голубцы ленивые	180
0,09	0	26,16	105,02	кисель из яблок с витамином С	180
1,91	0,3	12,3	58,8	хлеб ржаной	30
1,2	0,33	4,9	30,94	хлеб пшеничный	20
23,67	19,84	75,67	573,06	Итого	640

ПОЛДНИК

5,22	4,5	7,2	90	кисломолочный продукт (кефир)	180
4,12	3,74	44,42	228	Ватрушка с повидлом	75
9,34	8,24	51,62	318	Итого	255
47,1	38,42	213,77	1380,23	Всего на день	1400

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830134

Владелец Блохина Елена Михайловна

Действителен с 10.11.2025 по 10.11.2026