

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

18.06.2026 г.

день: девятый

день. девятый

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
5,1	5,6	18,5	144,5	каша жидкая молочная овсяная	150
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
7,74	5,9	60,56	329,16	Итого	375

2 ЗАВТАК

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

Обед

0,22	1,83	0,71	20,17	Салат из свежих огурцов	30
3,83	2,09	13,54	89,7	суп картофельный с макаронными изделиями(на курином бульоне)	150
6,6	8,37	8,51	135,8	Зразы рубленые	50
2,71	3,52	26,77	149,23	рис припущенный	110
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
16,528	16,47	87,7	570,09	Итого	540

ПОЛДНИК

9,4	5,96	26,55	199,65	Лапшевник с творогом(со сметаной)	130
1,45	1,25	17,34	87,00	чай с молоком	150
10,85	7,21	43,89	286,65	Итого	280
35,52	29,98	201,95	1 232,90	Всего на день	1 295

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830134

Владелец Блохина Елена Михайловна

Действителен с 10.11.2025 по 10.11.2026