

Утверждено:

ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 3Г.Шахты

Е.М. Блохина

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

Если от 1-3 лет

22.06.2026 г.

день: первый

день: первый

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
8,09	10,08	1,89	133,2	омлет натуральный	90
0,8	2,6	3,4	39,33	Икра кабачковая	40
4,9	4,45	12,46	131,88	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40
0,18	0	13,53	54,85	чай с сахаром	180
13,97	17,13	31,28	359,26	Итого	350

2 ЗАВТАК

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

Обед

0,24	0,03	0,84	4,5	овощи по сезону	30
3,29	3,16	9,92	88,95	суп картофельный с бобовыми (горох)	150
4,98	4,41	2,78	70,7	фрикадельки куриные	50
2,71	3,52	26,77	149,23	Каша гречневая рассыпчатая	110
0,12	0,12	20,91	85,95	компот из свежих плодов с витамином	150
1,27	0,2	8,2	39,2	хлеб ржаной	20
1,2	0,33	4,9	30,94	хлеб пшеничный	20
13,81	11,77	74,32	469,47	Итого	530

ПОЛДНИК

4,98	2,37	36,3	188,73	Сдоба обыкновенная	70
3,06	2,66	13,18	89,16	какао с молоком	150
8,04	5,03	49,48	277,89	Итого	220
36,32	33,93	165,18	1152,62	Всего на день	1200

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830134

Владелец Блохина Елена Михайловна

Действителен с 10.11.2025 по 10.11.2026