

Утверждено:

ИП Чернов К.А.

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 3 г.Шахты

Е.М. Блохина

К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет

26.06.2026 г.

день: пятый

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
7,43	5,82	33,86	217,54	каша жидкая молочная пшенная	185
2,32	3,86	14,82	103,55	бутерброд с маслом 30/5	35
3,42	2,25	12,5	83,7	кофейный напиток с молоком	180
13,17	11,93	61,18	404,79	Итого	400

2 ЗАВТАК

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

Обед

0,45	2,35	2,96	34,8	икра кабачковая	50
4,44	5,22	10,13	105,26	суп картофельный с крупой	180
4,65	4,23	28,37	170,51	макаронные изделия отварные с маслом	130
9,21	11,7	11,91	190,1	Тефтели	70
0,87	1,5	1,76	24,03	соус сметанный	30
0,6	0,08	28,8	119,52	компот из смеси сухофруктов с витамином С	180
1,91	0,3	12,3	58,8	хлеб ржаной	30
1,5	0,41	6,12	38,67	хлеб пшеничный	25
23,63	25,79	102,35	741,69	Итого	695

ПОЛДНИК

23,5	12,6	35,84	303,22	Вареники ленивые(с маслом,сахаром)	150
0,06	0	13,5	54	чай с сахаром	180
23,56	12,6	49,34	357,22	ИТОГО	330
60,86	50,32	222,97	1549,7	Всего на день	1525

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830134

Владелец Блохина Елена Михайловна

Действителен с 10.11.2025 по 10.11.2026