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

30.06.2026 г.

день: седьмой

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
4,68	4,92	25,8	166,08	каша рисовая молочная жидкая с с	180
2,36	7,49	14,89	136,6	бутерброд с маслом 30/10	40
0,18	0	13,53	54,85	чай с сахаром	180
7,22	**12,41**	**54,22**	**357,53**	Итого	**400**
2 ЗАВТАК					
0,4	0,4	9,8	47	фрукты свежие	100
0,4	**0,4**	**9,8**	**47**	Итого	**100**
Обед					
0,4	0,05	1,4	7,5	Овощи по сезону	50
4,13	4,93	8,45	100,91	Борщ с капустой и картофелем (со сметаной)	185
9,23	11,72	11,93	190,2	котлеты биточки, шницели	70
2,94	3,72	20,56	127,62	Пюре картофельное	130
0,14	0,14	25,09	103,14	компот из свежих плодов с витамин	180
1,91	0,3	12,3	58,8	хлеб ржаной	30
1,5	0,41	6,12	38,67	хлеб пшеничный	25
20,25	**21,27**	**85,85**	**626,84**	Итого	**670**
ПОЛДНИК					
24,68	10,5	28,67	283,7	запеканка из творога (соус молочным сладким 120/30)	150
5,22	4,5	7,2	90	кисломолочный продукт (кефир)	180
29,9	**15**	**35,87**	**373,7**	Итого	**330**
57,77	**49,08**	**185,74**	**1405,07**	**Всего на день**	**1500**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 256233904371995990837526139856067300059550830134

Владелец Блохина Елена Михайловна

Действителен С 10.11.2025 по 10.11.2026