Утверждаю: Согласовано:

ИП Косолапов М.А. Заведующий МБДОУ № __

М.А. Косолапов

печать, подпись, расшифровка печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях на "__" _____ 2026г.

Ясли 1,5-3 года 3 день

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
2,18	2,02	15,36	86,56	Какао с молоком	160
3,78	4,95	21,06	142,71	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом и сахаром)	150
1,96	3,17	22,77	127,64	Бутерброд с джемом или повидлом (повидло)	45
7,92	**10,14**	**59,19**	**356,91**	**ИТОГО ЗА ЗАВТРАК**	**355**
Завтрак 2					
0,50	0,00	10,10	42,22	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100
0,50	**0,00**	**10,10**	**42,22**	**ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2**	**100**
Обед					
0,18	0,06	1,26	5,97	Овощи натуральные свежие (помидоры)	30
3,24	3,66	8,46	86,19	Суп картофельный с макаронными изделиями	150
1,58	0,20	0,42	46,76	Хлеб пшеничный	20
1,12	0,22	0,48	45,98	Хлеб ржано-пшеничный	20
8,97	19,86	10,12	256,86	Голубцы с мясом свинины и рисом (ленивые)	150
0,09	0,09	14,17	56,05	Кисель из яблок	150
15,18	**24,089**	**34,91**	**497,81**	**ИТОГО ЗА ОБЕД**	**520**
Полдник					
0,7	0,63	11,42	52,95	Чай с молоком или сливками	150
10,84	8,97	17,14	193	Сырники из творога (с млоком сгущенным или вареньем)	70
11,54	**9,6**	**28,56**	**245,95**	**ИТОГО ЗА ПОЛДНИК**	**220**
35,14	**43,83**	**132,76**	**1142,89**	**ИТОГО ЗА ДЕНЬ**	**1195,00**

Сад 3-7 лет 3 день

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
2,45	2,27	17,28	97,38	Какао с молоком	180
4,54	5,94	25,27	171,25	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом и сахаром)	180
1,96	3,17	22,77	127,64	Бутерброд с джемом или повидлом (повидло)	45
8,95	**11,38**	**65,32**	**396,27**	**ИТОГО ЗА ЗАВТРАК**	**405**
Завтрак 2					
0,50	0,00	10,10	42,22	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100
0,50	**0,00**	**10,10**	**42,22**	**ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2**	**100**
Обед					
0,30	0,10	2,10	9,95	Овощи натуральные свежие (помидоры)	50
3,89	4,39	10,15	103,43	Суп картофельный с макаронными изделиями	180
1,98	0,25	0,52	58,45	Хлеб пшеничный	25
1,4	0,28	0,6	57,47	Хлеб ржано-пшеничный	25
10,76	23,87	12,15	308,23	Голубцы с мясом свинины и рисом (ленивые)	180
0,11	0,11	17,01	67,27	Кисель из яблок	180
18,44	**29**	**42,53**	**604,8**	**ИТОГО ЗА ОБЕД**	**640**
Полдник					
0,85	0,76	13,7	63,54	Чай с молоком или сливками	180
10,84	8,97	17,14	193	Сырники из творога (с млоком сгущенным или вареньем)	70
11,69	**9,73**	**30,84**	**256,54**	**ИТОГО ЗА ПОЛДНИК**	**250**
39,58	**50,11**	**148,79**	**1299,83**	**ИТОГО ЗА ДЕНЬ**	**1395,00**

Повар _____ _____

Ответственный по питанию _____ _____

Мед.работник _____ _____