Утверждаю:
ИП Косолапов М.А.
М.А. Косолапов
печать, подпись, расшифровка

Согласовано:
Заведующий МБДОУ № __
печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

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

Ясли 1,5-3 года **10 день**

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
3,78	4,95	21,06	142,71	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом и сахаром)	150
2,50	6,45	14,66	120,68	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	40
0,05	0,02	12,56	50,24	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	180
6,33	**11,42**	**48,28**	**313,63**	**ИТОГО ЗА ЗАВТРАК**	**370**
Завтрак 2					
0,40	0,40	9,80	47,00	Плоды или ягоды свежие	100
0,40	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2**	**100**
Обед					
0,23	1,83	0,71	20,17	Салат из свежих огурцов	30
3,16	5,24	7,89	91,77	Рассольник ленинградский	150
4,00	4,25	22,33	143,53	Макаронные изделия отварные с маслом	110
5,00	6,64	11,62	125,27	Зразы рыбные рубленые (из филе выпускаемого промышленностью) (с соусом)	60
0,12	0,12	14,91	59,58	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	150
1,58	0,20	0,42	46,76	Хлеб пшеничный	20
1,12	0,22	0,48	45,98	Хлеб ржано-пшеничный	20
15,21	**18,5**	**58,36**	**533,06**	**ИТОГО ЗА ОБЕД**	**540**
Полдник					
4,55	2,44	33,25	175,54	Пирожки печеные из дрожжевого теста (простые пирожки массой 75 г)	75
2,04	1,89	14,4	81,15	Какао с молоком	150
6,59	**4,33**	**47,65**	**256,69**	**ИТОГО ЗА ПОЛДНИК**	**225**
28,53	**34,65**	**164,09**	**1150,38**	**ИТОГО ЗА ДЕНЬ**	**1235,00**

Сад 3-7 лет **10**

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
4,54	5,94	25,27	171,25	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом и сахаром)	180
2,50	6,45	14,66	120,68	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	40
0,06	0,02	13,96	55,82	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200
7,10	**12,41**	**53,89**	**347,75**	**ИТОГО ЗА ЗАВТРАК**	**420**
Завтрак 2					
0,40	0,40	9,80	47,00	Плоды или ягоды свежие	100
0,40	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2**	**100**
Обед					
0,38	3,05	1,19	33,62	Салат из свежих огурцов	50
3,80	6,28	9,47	110,12	Рассольник ленинградский	180
4,73	5,02	26,39	169,62	Макаронные изделия отварные с маслом	130
7,50	9,96	17,42	187,91	Зразы рыбные рубленые (из филе выпускаемого промышленностью) (с соусом)	90
0,14	0,14	17,89	71,50	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	180
1,98	0,25	0,52	58,45	Хлеб пшеничный	25
1,40	0,28	0,60	57,47	Хлеб ржано-пшеничный	25
19,93	**24,98**	**73,48**	**688,69**	**ИТОГО ЗА ОБЕД**	**680**
Полдник					
4,55	2,44	33,25	175,54	Пирожки печеные из дрожжевого теста (простые пирожки массой 75 г)	75
2,72	2,52	19,2	108,2	Какао с молоком	200
7,27	**4,96**	**52,45**	**283,74**	**ИТОГО ЗА ПОЛДНИК**	**275**
34,70	**42,75**	**189,62**	**1367,18**	**ИТОГО ЗА ДЕНЬ**	**1475,00**

Повар _____ _____

Ответственный по питанию _____ _____

Мед.работник _____ _____