Утверждаю:
ИП Чернов К.А.

К.А. Чернов
печать, подпись, расшифровка

Согласовано:
Заведующий МБДОУ Д/с № 36

Колесник Е.В.
печать, подпись, расшифровка

(4 день)

Ежедневное меню

Дети дошкольного возраста с 3-х до 7 лет с 10-ч пребыванием

"_____" _____ 2026 года

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
6,62	8,66	27,54	215,03	Каша жидкая молочная из овсяной крупы	180
4,73	6,24	11,66	117,58	Бутерброд с сыром 30/10	40
0,11	0,02	12,33	50,27	Чай с сахаром и лимоном	180
11,46	**14,92**	**51,53**	**382,88**	**Итого**	**400**
2-й Завтрак					
0,40	0,40	9,80	47,00	Плоды и ягоды свежие	100
0,40	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**Итого:**	**100**
Обед					
0,4	0,05	1,25	7	Овощи натуральные свежие (огурцы)	50
4,24	6,91	7,22	108,73	Щи из свежей капусты с картофелем	180
2,48	3,74	19,94	123,37	Картофель отварной	130
7,2	8,51	12,84	157,42	Рыба тушеная в томате с овощами	80
0,14	0,14	25,09	103,14	Компот из свежих плодов	180
1,68	0,33	0,72	68,97	Хлеб ржано-пшеничный	30
2,37	0,3	14,49	70,14	Хлеб пшеничный	30
18,51	**19,98**	**81,55**	**638,77**	**Итого:**	**680**
Полдник					
6,6	14,36	41,13	320	Булочка с повидлом обсыпная	100
5,8	5	8,4	108	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран	200
12,4	**19,36**	**49,53**	**428**	**Итого**	**300**
42,77	**54,66**	**192,41**	**1496,65**	**Итого за весь день**	**1480**

Ответственный по питанию

(подпись) (расшифровка подписи)

Повар

(подпись) (расшифровка подписи)

Медицинский работник

(подпись) (расшифровка подписи)