Утверждено:
ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов
печать, подпись, расшифровка

Согласовано:
Заведующий МБДОУ №36 г.Шахты

Антохова Н.Ю.
печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет с 10 часовым пребыванием

день: восьмой

дата: ___.__.2026

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
					Завтрак	
5,4	7,35	26,37	215,1	0,48	каша жидкая молочная из манной крупы	180
3,12	7,57	19,81	160,1	0	бутерброд с маслом 30/10	40
3,86	2,93	11,33	86	0,17	кофейный напиток с молоком	180
12,38	**17,85**	**57,51**	**461,2**	**0,65**	Итого	**400**
					2 ЗАВТАК	
0,5	0	10,1	46	40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100
0,5	0	10,1	46	40	**Итого**	**100**
					Обед	
0,70	5,05	3,40	62,00	8,10	винегрет	50
1,59	4,1	7,35	73,66	6,4	щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	180
8,37	4,58	7,22	101,8	14,77	Запеканка из печени и риса	70
3,2	4,16	31,63	176,36	0	Каша гречневая	130
0,6	0,08	28,8	119,52	0,65	компот из смеси сухофруктов с вита	180
1,59	0,25	10,25	49	0	хлеб ржаной	25
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
17,55	**18,63**	**94,77**	**621,01**	**29,92**	Итого	**660**
					ПОЛДНИК	
4,32	1,76	41,67	201	0,03	пирожок с яблоком	70
0,06	0,01	13,5	54	0,3	кисломолочный продукт	180
4,38	**1,77**	**55,17**	**255**	**0,33**	Итого	**250**
34,81	**38,25**	**217,55**	**1383,21**	**70,9**	**Всего на день**	**1410**