

Утверждаю:

ИП Косолапов М.А.

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 75

М.А. Косолапов

Максим
Анатолеви

Ежедневное меню

для организации питания детей в дошкольных образовательных

учреждениях на "09" 09 2026г.

Ясли 1,5-3 года 9 день

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
3,38	5,07	21,57	143,90	Каша жидкая молочная овсяная (с маслом или сахаром)	150
1,96	3,17	22,77	127,64	Бутерброд с джемом или повидлом (повидло)	45
0,11	0,02	12,33	50,27	Чай с лимоном	180
5,45	8,26	56,67	321,81	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	375
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					
9,86	23,34	19,15	326,85	Мясо духовое (свинина)	173
8,42	6,24	11,33	135,40	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150
0,21	0,03	0,57	3,60	Овощи натуральные свежие (огурцы)	30
0,09	0,09	14,17	56,05	Кисель из яблок	150
1,98	0,25	0,52	58,45	Хлеб пшеничный	25
1,40	0,28	0,60	57,47	Хлеб ржано-пшеничный	25
21,96	30,23	46,34	637,82	ИТОГО ЗА ОБЕД	553
Полдник					
2,25	3,54	22,47	125,13	Кондитерское изделие	30
0,85	0,76	13,7	63,54	Чай с молоком или сливками	180
3,1	4,3	36,17	188,67	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210
31.01	42.79	149.28	1190.52	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1238.00

Повар

Ответственный по питанию

Мед.работник

Сад 3-7 лет 9 день

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
4,05	6,08	25,88	172,67	Каша жидкая молочная овсяная (с маслом или сахаром)	180
1,96	3,17	22,77	127,64	Бутерброд с джемом или повидлом (повидло)	45
0,11	0,02	12,33	50,27	Чай с лимоном	180
6,12	9,27	60,98	350,58	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					
11,40	26,98	22,14	377,86	Мясо духовое (свинина)	200
10,10	7,49	13,59	162,49	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
0,35	0,05	0,95	6,00	Овощи натуральные свежие (огурцы)	50
0,11	0,11	17,01	67,27	Кисель из яблок	180
2,37	0,30	0,63	70,14	Хлеб пшеничный	30
1,68	0,33	0,72	68,97	Хлеб ржано-пшеничный	30
26,01	35,26	55,04	752,73	ИТОГО ЗА ОБЕД	670
Полдник					
5,25	8,26	52,43	291,97	Кондитерское изделие	70
0,85	0,76	13,7	63,54	Чай с молоком или сливками	180
6,1	9,02	66,13	355,51	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250
38,73	53,55	192,25	1501,04	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1425,00

Увар Л.В.
 Ответственный по питанию Л.В. Тимошенко
 Мед.работник Н.