

Утверждаю:

Согласовано:

ИП Косолапов М.А.

Заведующий МБДОУ № 45

М.А. Косолапов

М.В. Петросиенко

печать, подпись, дешифровка

печать, подпись, дешифровка

### Ежедневное меню

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

Ясли 1,5-3 года 1 день

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
<b>Завтрак</b>					
0,76	3,56	3,08	47,60	Икра кабачковая (промышленного производства)	40
4,73	6,24	11,66	117,58	Бутерброд с сыром	40
0,05	0,02	12,56	50,24	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	180
10,07	13,37	1,72	167,54	Омлет с сыром	90
15,61	23,19	29,02	382,96	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>350</b>
<b>Завтрак 2</b>					
0,50	0,00	10,10	42,22	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100
0,50	0,00	10,10	42,22	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>	<b>100</b>
<b>Обед</b>					
0,21	0,03	0,57	3,60	Овощи натуральные свежие (огурцы)	30
8,97	3,84	4,41	86,64	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	50
2,37	3,92	15,85	108,44	Картофельное пюре (с маслом)	110
1,58	0,2	0,42	46,76	Хлеб пшеничный	20
1,12	0,22	0,48	45,98	Хлеб ржано-пшеничный	20
5,24	5,31	12,02	117,03	Суп картофельный с бобовыми	150
0,12	0,12	14,91	59,58	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	150
19,61	13,64	48,66	468,03	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>
<b>Полдник</b>					
6,3	3,14	21,19	139,64	Ватрушки (из дрожжевого теста)	50
2,04	1,89	14,4	81,15	Какао с молоком	150
8,34	5,03	35,59	220,79	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>
44,06	41,86	123,37	1114,00	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1180,00</b>

Сад 3-7 лет 1 день

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
<b>Завтрак</b>					
0,95	4,45	3,85	59,50	Икра кабачковая (промышленного производства)	50
4,73	6,24	11,66	117,58	Бутерброд с сыром	40
0,06	0,02	13,96	55,82	Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом (сахар)	200
12,31	16,35	2,10	204,78	Омлет с сыром	110
18,05	27,06	31,57	437,68	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>400</b>
<b>Завтрак 2</b>					
0,50	0,00	10,10	42,22	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100
0,50	0,00	10,10	42,22	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>	<b>100</b>
<b>Обед</b>					
0,35	0,05	0,95	6,00	Овощи натуральные свежие (огурцы)	50
12,55	5,38	6,17	121,30	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	70
2,80	4,63	18,73	128,15	Картофельное пюре (с маслом)	130
1,98	0,25	0,52	58,45	Хлеб пшеничный	25
1,40	0,28	0,60	57,47	Хлеб ржано-пшеничный	25
6,28	6,37	14,42	140,44	Суп картофельный с бобовыми	180
0,14	0,14	17,89	71,50	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	180
25,50	17,10	59,28	583,31	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>660</b>
<b>Полдник</b>					
6,3	3,14	21,19	139,64	Ватрушки (из дрожжевого теста)	50
2,72	2,52	19,2	108,2	Какао с молоком	200
9,02	5,66	40,39	247,84	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>
53,07	49,82	141,34	1311,05	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1410</b>

Повар

Ответственный по питанию

Мед.работник

*М.В. Петросиенко*  
*М.А. Косолапов*