

Утверждено:

ИП Чернов К.А.



К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

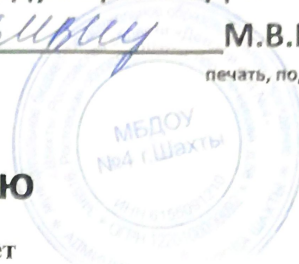
Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 4

М.В.Повечерова

М.В.Повечерова

печать, подпись, расшифровка



Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет

день: третий

дата: 30.09.2026

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
Завтрак						
7,92	8,21	31,97	234,72	0,48	каша жидкая молочная из гречневой крупы	180
2,5	3,94	28,9	127,6	0,48	бутерброд с повидлом 30/15	45
3,86	2,93	11,33	86	0,17	кофейный напиток с молоком	180
14,28	15,08	72,2	448,32	1,13	Итого	405

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

7,92	8,21	31,097	234,72	0,48	салат карт.с луком	50
4,64	2,49	16,65	107,64	5,94	суп картофельный с макаронными изд	180
11,84	16,89	39,21	340,77	0	голубцы с мясом (ленивые)	180
0,09	0,04	22,59	107,28	1,62	кисель из яблок с витамином С	180
1,91	0,3	12,3	58,8	0	хлеб ржаной	30
1,2	0,33	4,9	30,94	0	хлеб пшеничный	20
27,6	28,26	126,747	880,15	8,04	Итого	640

ПОЛДНИК

5,04	5,76	7,38	105,3	0	кисломолочный продукт (кефир)	180
2,43	1,96	21,2	72,9	0,03	булочка Российская	70
7,47	7,72	28,58	178,2	0,03	Итого	250
49,85	51,06	237,627	1552,67	49,2	Всего на день	1395

Утверждено:
ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 4

М.В.Повечерова

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ ЯСЛЕЙ ОТ 1 х до 3 лет

день: третий

дата: 30.09.2026

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
Завтрак						
6,6	6,84	26,49	195,6	0,42	каша жидкая молочная из гречневой крупы	150
2,5	3,94	28,9	127,6	0,48	бутерброд с повидлом 30/15	45
2,36	2	11,96	75,45		кофейный напиток с молоком	150
11,46	12,78	67,35	398,65	0,9	Итого	345

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

0,9	0,85	1,95	17,5	0	салат с кар. и луком	30
2,03	1,95	14,18	83,25	4,95	суп картофельный с макаронными изделиями	150
22,8	33,6	78,24	680,34	0	голубцы с мясом (ленивые)	180
0,05	0,03	17,28	83,7	1,35	кисель из яблок с витамином С	150
1,27	0,2	8,2	39,2	0	хлеб ржаной	20
1,2	0,33	4,9	30,94	0	хлеб пшеничный	20
28,25	36,96	124,75	934,93	6,3	Итого	550

ПОЛДНИК

4,2	4,8	6,15	87,75	0	кисломолочный продукт	150
1,55	2	1,5	18,2	0,03	булочка Российская	50
5,75	6,8	7,65	105,95	0,03	Итого	200
45,96	56,54	209,85	1485,53	47,23	Всего на день	1195