

ИП Чернов К.А.

Заведующий МБДОУ № 4

печать, подпись, расшифровка

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет

день: третий

дата: **17.06.2026**

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

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

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