

Утверждено:
ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 4

М.В.Повечерова

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет

день: пятый

дата: 21.08.2026

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
Завтрак						
7,43	5,82	33,86	217,54	0,48	каша жидкая молочная пшеничная	185
2,07	6,56	13,03	119	0	бутерброд с маслом 30/5	35
3,67	3,19	15,82	107	1,152	какао с молоком	180
13,17	15,57	62,71	443,54	1,632	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

0,55	3,02	1,88	36,95	2,8	Салат из сырых овощей	50
6,85	4,03	43,03	105,26	7,06	суп картофельный с крупой	180
7,9	10,04	10,23	162,96		макароны отварные с маслом	130
10,43	7,98	9,03	150,5	4,71	Тефтели мясные	70
0,6	0,08	28,8	119,52	0,65	компот из смеси сухофруктов с вита	180
1,91	0,3	12,3	58,8	0	хлеб ржаной	30
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
21,697	17,251	97,346	640,41	15,287	Итого	665

ПОЛДНИК

5,95	6,23	15,48	141,79	0,19	Ватрушка с створожным фаршем	70
0,06	0,01	13,5	54	0,3	чай с сахаром	180
6,01	6,24	28,98	195,79	0,49	ИТОГО	250
41,377	39,061	199,14	1325,7	57,409	Всего на день	1415