

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: девятый

дата: 27.08.2026

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
Завтрак						
5,66	7,55	33,74	203,04	0,48	каша жидкая молочная овсяная	180
2,5	3,94	28,9	127,6	0,48	бутерброд с повидлом 30/15	45
0,12	0,02	10,2	41	2,83	Чай с сахаром и лимоном	180
8,28	11,51	72,84	371,64	3,79	Итого	405

2 ЗАВТАК

0,4	0,4	9,8	47	10	фрукты свежие	100
0,4	0,4	9,8	47	10	Итого	100

Обед

0,35	0,05	0,95	6	1,05	овощи натуральные свежие (огурцы)	50
1,45	3,66	8,62	77,22	5,94	рассольник ленинградский	180
9,2	11,9	12,4	190,12		котлеты рубленные из птицы	70
3,12	7,8	30,94	173,29	0	рис припущенный	130
0,07	0,04	20,73	100,44	1,62	кисель из яблок с витамином С	180
1,59	0,25	10,25	49,5	0	хлеб ржаной	25
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
17,28	24,11	90,01	635,24	8,61	Итого	660

ПОЛДНИК

10,97	6,61	31,08	230,15	0,03	Лапшевник с творогом(со сметаной)	115
2,67	2,34	14,31	89	0	чай с молоком	180
13,64	8,95	45,39	319,15	0,03	Итого	295
39,60	44,97	218,04	1 373,03	22,43	Всего на день	1 460