

Утверждено:

ИП Чернов К.А.



К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ №34



печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет

день: десятый

дата:

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
7,92	8,21	31,97	234,72	каша жидкая молочная из гречневой крупы	180
3,12	7,57	19,81	160,1	бутерброд с маслом 30/10	40
0,24	0,01	13,73	56,99	чай с сахаром и лимоном	180
11,28	15,79	65,51	451,81	Итого	400

2 ЗАВТАК

0,5	0	10,1	46	соки овощные, фруктовые и ягодные	100
0,5	0	10,1	46	Итого	100

Обед

0,66	1,7	3,42	31,62	Капуста тушеная	50
6,85	4,03	43,03	105,26	суп картофельный с крупой	180
4,97	5,27	27,7	178,1	макароны отварные с маслом	130
7,85	7	10,34	135,74	тефтели рыбные	70
0,41	1,05	1,42	16,76	Соус сметанный с томатом	30
0,14	0,14	25,092	103,14	компот из свежих плодов с витамином	180
1,59	0,25	10,25	49	хлеб ржаной	25
1,5	0,41	6,12	38,67	хлеб пшеничный	25
23,97	19,85	127,372	658,29	Итого	690

ПОЛДНИК

2,43	1,96	21,2	72,9	Кондитерские изделия	70
4,19	3,24	11,39	90,36	какао с молоком	180
6,62	5,2	32,59	163,26	Итого	250
42,37	40,84	235,572	1319,36	Всего на день	1440

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 86695774623375700579819917695010535788983042401

Владелец Гудина Ирина Владимировна

Действителен с 09.12.2025 по 09.12.2026