

Утверждено:

ИП Чернов К.А.

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Р.Март

Маркова Р.М.

печать, подпись, расшифровка



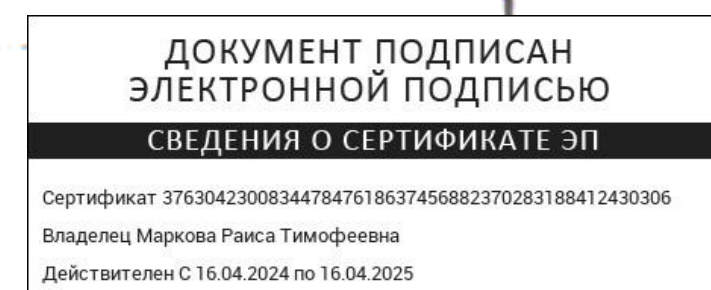
Ежедневное меню

ДЛЯ ЯСЛЕЙ ОТ 1 х до 3 лет

день: шестой

дата: __. __. 2026

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		



Завтрак

6,97	7,66	18,63	182		каша пшеничная молочная	150
5,9	3,2	18,7	128	0,48	яйцо вареное	45
0,90	4,05	0,00	43,20	2,52	Икра кабачковая	40
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
0,12	0,02	10,2	41	0,3	чай с сахаром	160
15,39	15,34	53,65	432,87	3,3	Итого	420

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

0,43	1,82	2,5	28,17	2,85	овощи по сезону	30
1,58	2,1	10,8	69,75	2,33	суп картофельный с клецками	150
12,6	22,5	15,45	313,5	0,45	плов из птицы	150
0,05	0,03	17,28	83,7	1,35	кисель из сока	150
1,59	0,25	10,25	49	0	хлеб ржаной	25
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
17,75	27,11	62,4	582,79	6,98	Итого	530

ПОЛДНИК

4,22	4,81	29,22	177	0	кондитерское изделие	50
2,22	2,17	11,93	60,75	0	молоко кипяченое	150
6,44	6,98	41,15	237,75	0	Итого	200
40,08	49,43	167,3	1299,41	6,98	Всего на день	1250