

Утверждено:

ИП Чернов К.А.

К.А.Чернов

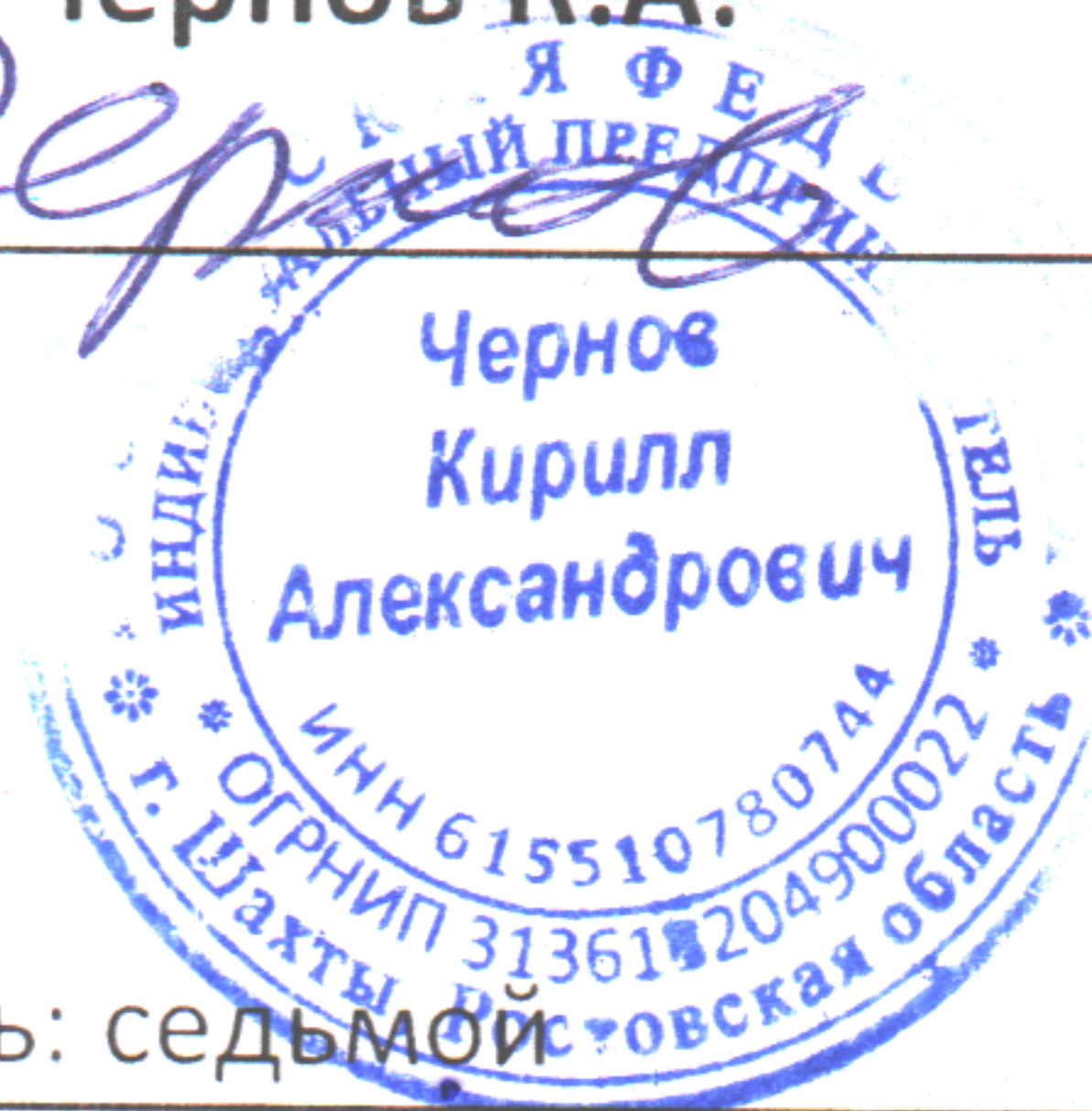
печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

Маркова Р.И.

печать, подпись, расшифровка

**Ежедневное меню**

ДЛЯ ЯСЛЕЙ ОТ 1 х до 3 лет

день: седьмой

дата: __. __. 2026

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
Завтрак						
3,64	7,65	23,865	179,3	0,42	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	155
2,32	2,95	0	36	0,04	Сыр порциями	10
1,8	0,39	7,35	46,41	0	Хлеб пшеничный	30
0,5	0,01	11,24	45	0,3	чай с сахаром	160
8,26	11	42,455	306,71	0,76	Итого	355
2 ЗАВТАК						
0,4	0,4	9,8	47	10	фрукты свежие	100
0,4	0,4	9,8	47	10	Итого	100
Обед						
0,43	1,82	2,50	28,17	2,85	свекла отварная с растительным маслом	30
1,5	5,12	8,16	84,6	5,88	борщ с капустой и картофелем со сметаной	150
7,95	7,2	8	130,5	0,05	щницель	50
0,41	1,05	1,42	16,76	0,07	соус сметанный с томатом	20
2,76	8,13	16,07	153,57	0,7	картофель отварной	110
0,12	0,12	20,91	85,95	0,675	компот из свежих плодов с витамином С	150
1,59	0,25	10,25	49	0	хлеб ржаной	25
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
16,26	24,1	73,43	587,22	10,225	Итого	560
ПОЛДНИК						
0,4	0,9	2,65	20,3	0,07	соус молочный сладкий	20
12,6	22,49	25,76	323,38	0,3	запеканка из творога	60
0,12	0,02	10,20	41,00	2,83	чай с лимоном	150
13,12	23,41	38,61	384,68	3,2	Итого	230
38,04	58,91	164,295	1325,61	24,185	Всего на день	1245

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 27204200034747318274568272037081243030
Идентификатор Роста Удостоверения
Действителен с 16.04.2024 по 16.04.2025