

Утверждено:

ИП



Чернов К.А.

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 7 г.Шахты



Маркова Р.Т.

печать, подпись, расшифровка

## Ежедневное меню

ДЛЯ ЯСЛЕЙ ОТ 1 х до 3 лет

день: восьмой

дата: 08.07.26

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
<b>Завтрак</b>						
4,5	6,13	21,98	179,3	0,42	каша жидкая молочная из манной крупы	150
2,32	3,865	14,825	103,55	0	бутерброд с маслом 30/5	35
2,84	2,41	14,35	90,54	0,17	кофейный напиток с молоком	180
<b>9,66</b>	<b>12,405</b>	<b>51,155</b>	<b>373,39</b>	<b>0,59</b>	<b>Итого</b>	<b>365</b>
<b>2 ЗАВТАК</b>						
0,5	0	10,1	42,4	40	соки овощные, фруктовые и ягодные	100
0,5	0	10,1	42,4	40	<b>Итого</b>	<b>100</b>
<b>Обед</b>						
0,42	1,19	2,36	21,99	1,68	салат из свежих помидоров и огурцов	30
1,35	3,58	6,15	63,3	5,34	щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 150/5	155
6,4	4,52	2,22	82,5	8,48	Оладьи из печени со сметанным соусом	50/25
6,08	6,56	27,4	192,5	0	Каша гречневая	110
0,41	1,05	1,42	16,76	0,07	компот из смеси сухофруктов с витамином С	150
0,5	0,07	24	99,6	0,55	хлеб ржаной	25
1,59	0,25	10,25	49	0	хлеб пшеничный	25
<b>16,75</b>	<b>17,22</b>	<b>73,8</b>	<b>525,65</b>	<b>16,12</b>		<b>495</b>
<b>ПОЛДНИК</b>						
4,32	1,76	41,67	201	0,03	Пирожок с яблоком	70
4,2	4,8	6,15	87,75	0	кисломолочный продукт	150
<b>8,52</b>	<b>6,56</b>	<b>47,82</b>	<b>288,75</b>	<b>0,03</b>	<b>Итого</b>	<b>220</b>
<b>35,43</b>	<b>36,185</b>	<b>182,875</b>	<b>1230,19</b>	<b>56,74</b>		<b>1180</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП  
Сертификат 272042200344747136274568272031841243036  
Подписан: Чернов К.А. Расшифровка:  
Дата: 08.07.2026 16:04:2025