

Утверждено:

ИП



Чернов К.А.

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

Р.Мар

Маркова Р.Т.

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет с 10 часовым пребыванием

день: первый

дата: 24.08.2026

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП 1372293902702702490101126446020905821005037 Мария Ракса Тимуровна 13.08.2020 10:14:08:2027 Завтрак						
3,04	5,2	29,39	162,32	0,2	омлет натуральный	130
1,20	5,40	0,00	57,60	3,36	Икра кабачковая	60
1,8	0,39	7,35	46,41	0	Хлеб пшеничный	30
0,23	0	13,5	54	0,3	чай с сахаром	180
8,27	10,99	50,24	320,33	3,86	Итого	400
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						
0,71	3,04	4,2	46,95	4,75	капуста тушеная	50
6,01	4,14	14,65	119,82	5,12	суп картофельный с бобовыми (горох)	180
10,43	7,98	9,03	150,5	4,71	котлета куриная	70
3,2	4,16	31,63	176,36	0,83	Каша гречневая рассыпчатая	130
0,14	0,14	25,092	103,14	16,19	компот из свежих плодов с витамином С	180
1,59	0,25	10,25	49	0	хлеб ржаной	25
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
23,58	20,12	100,972	684,44	31,6	Итого	660
ПОЛДНИК						
4,98	2,37	36,3	188,73	0,15	Сдоба обыкновенная	70
3,67	3,19	15,82	107	1,152	какао с молоком	180
8,65	5,56	52,12	295,73	1,302	Итого	250
41	36,67	213,432	1346,5	76,762	Всего на день	1410