

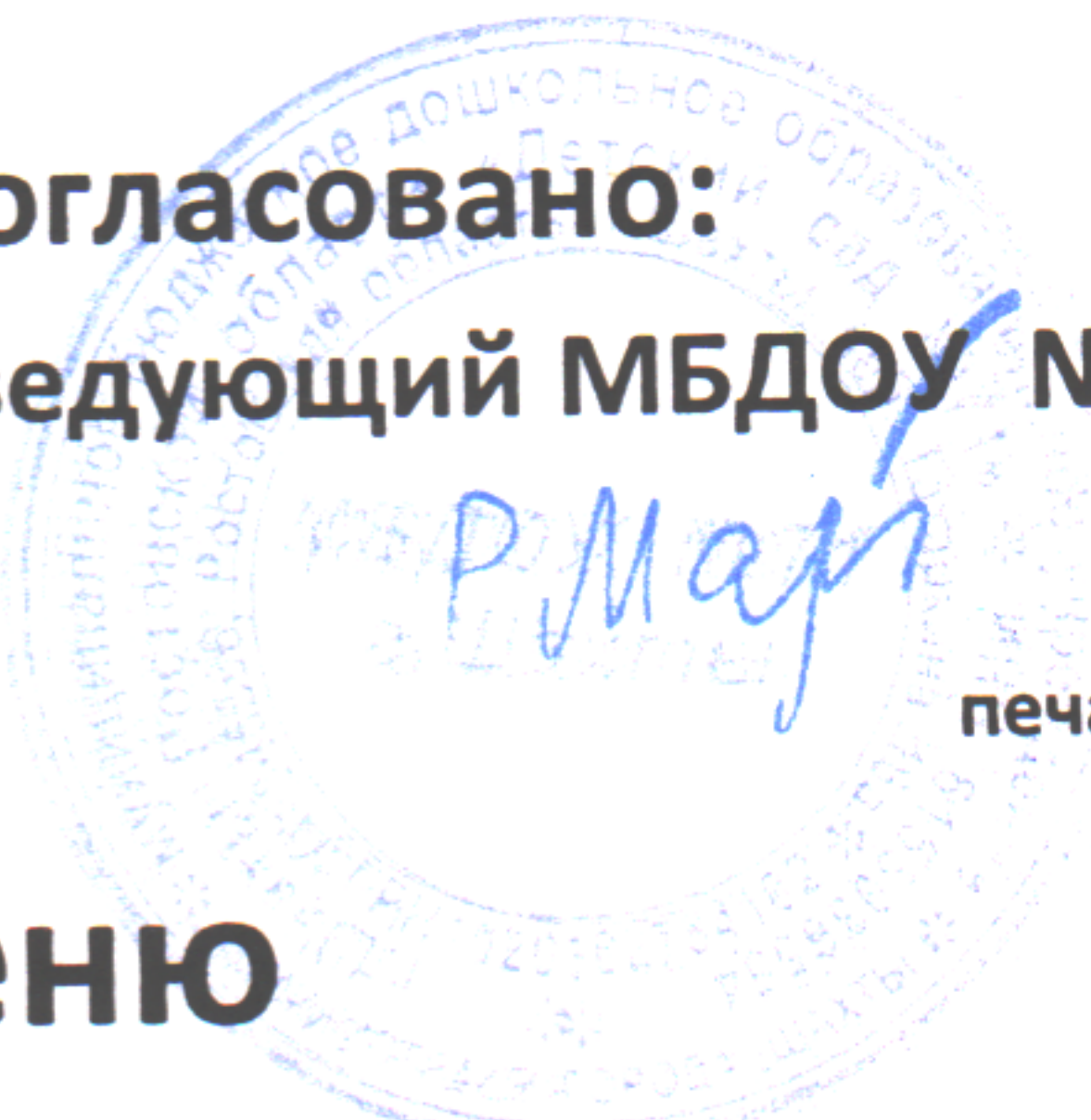
Утверждено:
ИП Чернов К.А.



К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:
Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты



Маркова Р.Т.

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню

ДЛЯ детей 3-7 лет с 10 часовым пребыванием

дата: 01.09.2026

день: седьмой

Пищевая ценность					Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал	витамин С		
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП Идентификатор: 1372203902765792469501011284462098058234050537 Создатель: Маркова Ракса Викторовна Актуальность: С 18.08.2026 по 18.08.2027 Завтрак						
5,66	7,55	33,74	203,04	0,48	каша рисовая молочная жидкая с сахаром	180
2,32	2,95	0	36	0,03	Сыр порциями	10
1,8	0,39	7,35	46,41	0	Хлеб пшеничный	30
0,06	0,01	13,5	54	0,3	чай с сахаром	180
9,84	10,90	54,59	339,45	0,82	Итого	400

2 ЗАВТАК

0,4	0,4	9,8	47	10	фрукты свежие	100
0,4	0,4	9,8	47	10	Итого	100

Обед

0,71	3,04	4,20	46,95	4,75	капуста тушеная	50
1,74	5,7	9,7	97,3	7,05	рассольник ленинградский	180
11,56	8,28	25,35	220,62	0,07	шницель	70
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
0,14	0,14	25,092	103,14	0,81	компот из свежих плодов с витамином С	180
1,91	0,3	12,3	58,8	0	хлеб ржаной	30
1,5	0,41	6,12	38,67	0	хлеб пшеничный	25
20,73	27,05	100,252	735,81	13,45	Итого	665

ПОЛДНИК

0,6	1,35	3,97	30,45	0,1	соус молочный сладкий	20
12,6	22,49	25,76	323,38	0,42	запеканка из творога	70
0,12	0,02	10,20	41,00	2,83	чай с лимоном	180
13,32	23,86	39,93	394,83	3,35	Итого	270
44,29	62,21	204,572	1517,09	27,62	Всего на день	1435