

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 71 г.Шахты

Маркова Р.Т.

2025г.

Утверждаю

Руководитель (ИП)

Чернов К.А.

Ежедневное меню

для воспитанников детских дошкольных учреждений с 10-ти часовым пребыванием
- возрастной группы 1-3 года

Наименование	Выход,г р	Белки,г р	Жиры,г р	Углевод ы,гр	Калл	Витам.
ДЕНЬ 1						
Завтрак						
Омлет натуральный	90	8,09	14,4	1,58	168	0,1
Икра кабачковая	40	0,8	2,6	3,4	49,33	0,04
Чай с сахаром	180	0,6	0,01	13,5	54	0,04
Бутерброд с маслом сливочным и сыром	40	4,9	18,2	12,46	131,88	0,3
Всего за завтрак	350	14,39	35,21	30,94	403,21	0,48
2 Завтрак						
Сок фруктовый	100	0,5	0	10,1	42,4	40
Обед						
Салат из капусты с морковью	30	0,51	0,03	1,83	12,5	1,05
Суп картофельный с бобовыми(горох) на курином бульоне	150	3,29	3,16	9,92	88,95	4,27
Зразы мясные с яйцом	50	5,2	10,5	5,7	139,2	0,05
Картофельное пюре	110	2,57	2,74	14,48	92,84	0,85
Хлеб пшеничный	20	1,2	0,33	4,9	30,94	0
Хлеб ржаной	20	1,27	0,2	8,2	39,2	0
Компот из свежих плодов с витамином "С"	150	0,12	0,12	20,91	85,95	0,675
Всего за обед	530	14,16	17,08	65,94	489,58	6,895
Полдник						
Оладьи из творога со сгущенным молоком 100/20	120	13,58	13,38	20,54	259,15	0,39
Какао с молоком	150	3,06	2,66	13,18	89,16	0,72
Всего за полдник	270	16,64	16,04	33,72	348,31	1,11
Итого за первый день	1250	45,69	68,33	140,7	1283,5	48,485

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат 373204200034734731362745682702031841243030
Идентификатор: Маркова Р.Т. Шахты
Действителен с 16.04.2024 по 16.04.2025