

Утверждено:

ИП Чернов К.А.



К.А.Чернов

печать, подпись, расшифровка

Согласовано:

Заведующий МБДОУ № 43



Н.Н. Хворостова

печать, подпись, расшифровка

Ежедневное меню для ЯСЛЕЙ от 1х до 3 лет

день: десятый

дата: **12.06.2026**

| Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Масса порции (г) |
|------------------|---------------|---------------|---------------|---|------------------|
| б | ж | у | ккал | | |
| Завтрак | | | | | |
| 6,6 | 6,84 | 26,49 | 195,6 | каша жидкая молочная из гречневой крупы | 150 |
| 2,32 | 3,865 | 14,825 | 103,55 | бутерброд с маслом 30/5 | 35 |
| 0,18 | 0 | 13,53 | 54,85 | чай с сахаром | 180 |
| 9,1 | 10,705 | 54,845 | 354,00 | Итого | 365 |

2 ЗАВТАК

| | | | | | |
|-----|---|------|----|-----------------------------------|------------|
| 0,5 | 0 | 10,1 | 46 | соки овощные, фруктовые и ягодные | 100 |
| 0,5 | 0 | 10,1 | 46 | Итого | 100 |

Обед

| | | | | | |
|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------------|------------|
| 0,4 | 1 | 2,1 | 18,8 | Салат из капусты с морковью | 30 |
| 1,5 | 1,8 | 10,98 | 67,8 | суп картофельный с крупой | 150 |
| 3,82 | 4,05 | 21,32 | 137 | макаронные изделия отварные с маслом | 110 |
| 6,2 | 5,4 | 8,01 | 122 | тефтели рыбные | 50 |
| 0,41 | 1,04 | 1,42 | 105,24 | соус сметанный с томатом | 30 |
| 0,12 | 0,12 | 20,91 | 85,95 | компот из свежих плодов с витамином | 150 |
| 1,27 | 0,2 | 8,2 | 39,2 | хлеб ржаной | 20 |
| 1,2 | 0,33 | 4,9 | 30,94 | хлеб пшеничный | 20 |
| 14,92 | 13,94 | 77,84 | 606,93 | Итого | 560 |

ПОЛДНИК

| | | | | | |
|--------------|---------------|----------------|----------------|----------------------|-------------|
| 4,05 | 3,26 | 35,5 | 121,5 | Кондитерское изделие | 50 |
| 3,06 | 2,66 | 13,18 | 89,16 | какао с молоком | 150 |
| 7,11 | 5,92 | 48,68 | 210,66 | Итого | 200 |
| 31,63 | 30,565 | 191,465 | 1217,59 | Всего на день | 1225 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 652185396560566351996131268363309912619724340128

Владелец Хворостова Нелли Николаевна

Действителен с 19.11.2025 по 19.11.2026