

Утверждаю:
И.П. Чернов К.А.
Кирилл Александрович

Согласовано:
Заведующий МБДОУ № _____

Ежедневное меню
для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях на " " 2026г.г. Шахты

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬ
И.П. Чернов К.А.
подпись, печать, расшифровка

МБДОУ № _____
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
шахтинского городского округа

Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
0,11	0,02	12,33	50,27	Чай с лимоном	180
2,88	2,34	3,33	87,75	Суп молочный с макаронными изделиями	150
2,19	5,64	12,83	105,60	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	35
5,18	8,00	28,49	243,62	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	365
Завтрак 2					
0,40	0,40	9,80	47,00	Плоды или ягоды свежие	100
0,40	0,40	9,80	47,00	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100
Обед					
0,22	1,85	1,16	21,99	Салат из свежих помидоров и огурцов	30
3,48	5,32	8,20	94,81	Борщ с капустой и картофелем	150
0,14	0,50	0,20	5,95	Сметана	5
9,79	5,41	8,07	117,83	Котлеты рубленые из птицы или кролика (с маслом)	50
2,75	2,75	28,56	150,00	Рис припущенный	110
0,39	0,52	1,61	13,00	Соус сметанный с томатом	20
0,04	0,00	14,15	53,82	Компот из смеси сухофруктов	150
1,12	0,22	0,48	45,98	Хлеб пшеничный	20
1,58	0,20	0,42	46,76	Хлеб ржано-пшеничный	20
19,51	16,77	62,85	550,14	ИТОГО ЗА ОБЕД	555
Полдник					
4,35	3,75	6,3	81	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран	150
4,02	1,47	29,51	148,87	Булочка "Веснушка" (масса 50 г)	50
8,37	5,22	35,81	229,87	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200
33,46	30,39	136,95	1070,63	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1220,00

Сад 3-7 лет				2 день	
Пищевая ценность				Наименование блюда	Масса порции (г)
б	ж	у	ккал		
Завтрак					
0,11	0,02	12,33	50,27	Чай с лимоном	180
3,55	2,89	4,11	108,22	Суп молочный с макаронными изделиями	185
2,19	5,64	12,83	105,60	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	35
5,85	8,55	29,27	264,09	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400
Завтрак 2					
0,40	0,40	9,80	47,00	Соки овощные, фруктовые и ягодные (яблочный)	100
0,40	0,40	9,80	47,00	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100
Обед					
0,37	3,08	1,93	36,65	Салат из свежих помидоров и огурцов	50
4,18	6,39	9,85	113,78	Борщ с капустой и картофелем	180
0,14	0,50	0,20	5,95	Сметана	5
13,71	7,58	11,3	164,97	Котлеты рубленые из птицы или кролика (с маслом)	70
3,25	3,25	33,75	177,27	Рис припущенный	130
0,39	0,52	1,61	13,00	Соус сметанный с томатом	20
0,05	0,00	16,97	64,58	Компот из смеси сухофруктов	180
1,40	0,28	0,60	57,47	Хлеб пшеничный	25
1,98	0,25	0,52	58,45	Хлеб ржано-пшеничный	25
25,47	21,85	76,73	692,12	ИТОГО ЗА ОБЕД	685
Полдник					
5,8	5	8,4	108	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран	200
4,02	1,47	29,51	148,87	Булочка "Веснушка" (масса 50 г)	50
9,82	6,47	37,91	256,87	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250
41,54	37,27	153,71	1260,08	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1435

Повар _____

Ответственный по питанию _____

Мед.работник _____

Маркова О.В.