

Утверждаю:  
Заведующая МДОУ Д/с. села Поим  
С.Н. Тикунова



| 06.07.2026 г. |                                           |        |                            |        |                            |
|---------------|-------------------------------------------|--------|----------------------------|--------|----------------------------|
| Прием пищи    | Наименование блюда                        | 1,5-3  | Энергетич. ценность (ккал) | 3-7    | Энергетич. ценность (ккал) |
| Завтрак       | Каша манная на молоке                     | 150    | 140,25                     | 200    | 192,0                      |
|               | Чай с сахаром                             | 150    | 39,44                      | 180    | 52,58                      |
|               | Бутерброд с маслом                        | 40     | 136                        | 40     | 136                        |
| II завтрак    | Яблоко свежее                             | 100    | 44,0                       | 100    | 44,0                       |
| Обед          | Суп из овощей                             | 150    | 88,42                      | 200    | 103,94                     |
|               | Жаркое по-домашнему                       | 180    | 218,97                     | 200    | 273,34                     |
|               | Салат из капусты с яблоком «Витаминный»   | 40     | 35,33                      | 60     | 53,0                       |
|               | Компот из сухофруктов                     | 150    | 84,75                      | 200    | 113,0                      |
|               | Хлеб ржаной                               | 30     | 72,0                       | 50     | 102,5                      |
|               | Компот из сухофруктов                     | 150    | 84,75                      | 200    | 113,0                      |
| полдник       | Запеканка из творога со сгущённым молоком | 100/30 | 343,27                     | 140/40 | 475,3                      |
|               | <b>Итого за день</b>                      | 1270   | 1287,18                    | 1610   | 1658,66                    |