

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКДОУ

АМО

"Ачитский детский сад

"Улыбка"

Прокина М. Г.



9 день на «\_18\_»\_июня\_2026г.

| Наименование блюд           | С 2-3 лет |              | С 3-7лет |              |
|-----------------------------|-----------|--------------|----------|--------------|
|                             | Выход     | калорийность | Выход    | калорийность |
| <b>Завтрак</b>              |           |              |          |              |
| Каша кукурузная мол с м/с   | 150       | 119          | 180      | 142          |
| Чай с молоком               | 160       | 76           | 180      | 86           |
| Хлеб с маслом и сыром       | 30\5\10   | 137          | 30\5\10  | 137          |
| <b>Итого за прием:</b>      | 355       | 332          | 405      | 365          |
| <b>2-ой завтрак</b>         |           |              |          |              |
| Сок                         | 100       | 43           | 100      | 43           |
| <b>Итого за прием:</b>      | 100       | 43           | 100      | 43           |
| Суп овощной со смет         | 180       | 119          | 180      | 119          |
| Плов из мяса куры           | 180       | 323          | 200      | 359          |
| Компот из сухофруктов       | 150       | 66           |          |              |
| Кисель витаминизированный   |           |              | 180      | 95           |
| Хлеб пшеничный              | 20        | 45           | 20       | 45           |
| Хлеб ржаной                 | 20        | 39           | 20       | 39           |
| <b>Всего в обеде:</b>       | 550       | 592          | 600      | 657          |
| <b>Полдник</b>              |           |              |          |              |
| Чай                         | 150       | 28           | 180      | 34           |
| Омлет с картоф (запеченный) | 100       | 112          | 100      | 112          |
| <b>Всего в полднике:</b>    | 250       | 140          | 280      | 146          |
| <b>Итого за день:</b>       | 1255      | 1107         | 1385     | 1211         |

**Рекомендация на вечер:** на ужин рекомендуем картофельную запеканку с фаршем из говядины со сметаной, хлеб, фрукты, чай, либо компот.

Избегайте жареных, копченых блюд, фаст-фуд, т.к они вредны для детского организма.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 406075372527730394131178566018224477597821737431

Владелец Прокина Марина Геннадьевна

Действителен с 20.05.2026 по 20.05.2027