

Утверждаю

Заведующий МОУ детским садом № 273

Козыренко Т.А. Козыренко

Приказ № 15-ахд от 16.01.2025г.



ЕЖЕДНЕВНОЕ ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Дата: *17 февраля 2025*

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2							
День 10							
ЗАВТРАК	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140/5					168
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7					392
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10					7
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20					
	Итого за прием пищи:	332	8,0	8,1	37,5	253,7	
2 ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150					399
	Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	66,9	
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40					10
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5					67
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1-й)	70					286
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20					354
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160					336
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160					376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					
	Итого за прием пищи:	665	20,1	22,1	75,5	588,6	
ПОЛДНИК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)	110					230
	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30					362
	КЕФИР	180					401
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20					
	ПЕЧЕНЬЕ	20					
	Итого за прием пищи:	360	23,4	18,9	53,7	491,0	
Всего за день:			52,3	49,3	181,4	1 400,2	