Утверждаю

Заведующий МОУ детским садом № 273
Козыренко Т.А. Козыренко
Приказ № 15-ахд от 16.01.2025г.

ЕЖЕДНЕВНОЕ ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для аллергиков дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования
Дата: 14 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	170/5					168
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 190/10	190/10					392
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/15/5					3
Итого за прием пищи:		**435**	**11,8**	**13,1**	**54,9**	**385,1**	
2 ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	180					
Итого за прием пищи:		**180**	**0,9**	**0,2**	**17,7**	**80,3**	399
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60					10
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180/5					67
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1-Й)	80					286
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30					354
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180					336
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
Итого за прием пищи:		**795**	**24,3**	**25,9**	**94,2**	**715,3**	
ПОЛДНИК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)	140/5					230
	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30					362
	КЕФИР	200					401
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20					
	ПЕЧЕНЬЕ	30					
Итого за прием пищи:		**425**	**28,8**	**22,4**	**66,6**	**600,3**	
Всего за день:			**65,8**	**61,6**	**233,4**	**1 781,0**	