



Ежедневное меню

1 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Овощная подгарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	570	26,98	28,23	52,07	571,15

Ответственное лицо Малышева Н.А.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

2 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00
Булгур с овощами	150	4,10	3,90	19,70	145,00
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	20,52	20,56	59,76	521,02

Ответственное лицо Мамонтова Н.А.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

3 Вариант



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Подгарнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Запеканка "Курочка по-деревенски"	250	15,10	18,29	36,70	350,12
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	19,23	21,61	66,69	517,48

Ответственное лицо Мамонтова Н. В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню



4 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Овощная подгарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	38,03	18,03	159,31	997,41

Ответственное лицо Мамонцева Н.В.

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

5 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	18,48	13,3	72,44	482,00

Ответственное лицо Мамонтова Н. В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



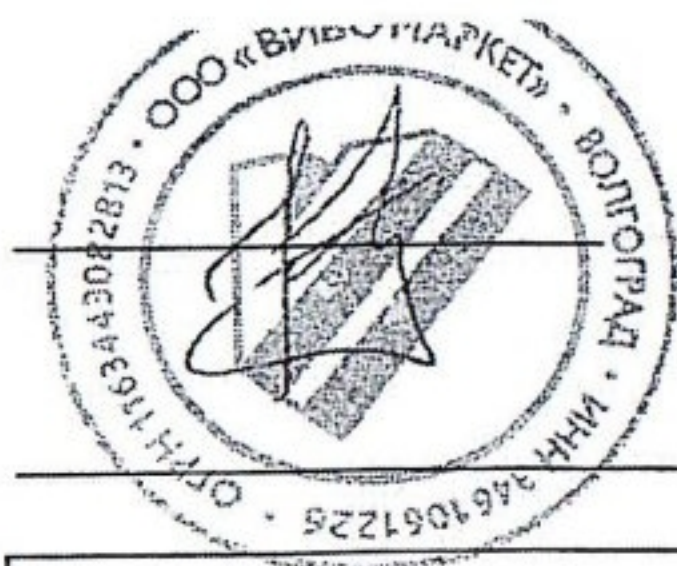
Ежедневное меню

6 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Подгарнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Куриная отбивная в сырной заливке	100	13,10	11,10	12,50	202,10
Макароны по-волгоградски	180	18,44	4,12	126,00	628,74
Чай черный со смородиной	200	0,26	0,06	9,41	39,02
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	35,68	18,5	167,68	994,24

Ответственное лицо Мамонцева Н. В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню



7 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Овощная подгарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18
Отбивная из куриного филе с овощами и сыром	90	18,27	20,16	0,90	258,30
Картофельное пюре по-домашнему	180	3,79	5,20	27,40	173,00
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	600	26,37	28,76	59,55	605,46

Ответственное лицо Мамышева Н. В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню



8 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Итальянская паста Орзо с филе куриным	260	35,19	14,16	110,70	722,96
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	590	39,19	17,63	142,53	896,30

Ответственное лицо Маслова Н.В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню



9 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Подгарнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38
Биточки "Митлофф с помидором и сыром"	100	12,46	13,20	9,15	207,00
Кус-кус с овощами	150	4,97	3,87	29,16	180,00
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	21,61	20,29	73,28	571,38

Ответственное лицо Мамышева Ж. В.

* Согласно СанПИН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

10 Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Овощная подгарнировка из свежих овощей	100	1,66	3,00	6,53	60,18
Куриная отбивная "Солнечная"	100	15,10	8,11	18,25	241,10
Картофель по-деревенски с паприкой	150	4,35	4,77	14,94	121,67
Чай черный с яблоком	200	0,25	0,10	10,22	42,98
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	580	23,76	16,28	64,44	536,93

Ответственное лицо Маслова Н. В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню

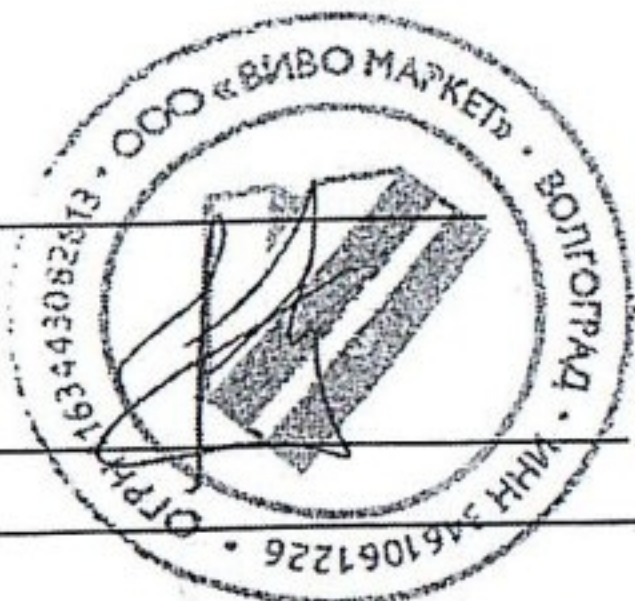


II Вариант

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч					
Морковь по-корейски	100	1,30	3,10	7,00	59,00
Люля-кебаб куриный	100	10,69	4,70	8,34	119,00
Паста "Орзо" по-восточному	180	18,57	6,55	109,70	581,79
Чай черный с вишней	200	0,30	0,07	10,33	43,34
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00
Итого за прием пищи:	610	33,26	14,72	149,87	874,13

Ответственное лицо Мамонтова Н.В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Ежедневное меню



12 Вариант

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Ланч						
Подгарнировка овощная из свежей капусты и огурца	100	1,48	2,92	5,27	53,38	
Пельмени "Аппетитные" со сливочным маслом	250	21,75	6,25	77,25	463,75	
Чай черный с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	
Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	14,50	71,00	
Итого за прием пищи:	580	25,93	9,47	112,22	648,13	

Ответственное лицо Мамышева Н. В.

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.