

Согласовано

Заведующий пед. п. 13
Сорокина С.А. Врач
пр. 13.11.10. 10.09.10

Утверждаю: 0000 Алеко

С.А. Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 1						
	Завтрак					
	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,6	33,9	201,6
	КОБЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5
	Итого за завтрак	415	12,8	8,7	63,9	406,6
	2 Завтрак					
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед						
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,8	16,7	15,6	287,3
	КОМПЛОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	Итого за обед	630	26,1	21,7	79,5	624,4
	Полдник					
	МАННИК	50	3,1	4,4	25,1	151,5
Итого за Полдник	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
		250	3,2	4,4	53,5	265,5
	Ужин					
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	КАША ВЯЗАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130	4,0	4,1	18,0	128,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Итого за Ужин	480	18,2	16,8	63,9	491,4
	2 Ужин					
	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		66,4	56,2	287,4	1 963,8	
Ответственное лицо						

* 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.

Согласовано

О.А. Давыдова

О.А. Давыдова

15.03.2018

1033400471532

Утверждаю: 0000

Российский
Федеральный
Архив

20 50105 50 551 22

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1						
День 2						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8
		425	10,3	13,0	53,5	380,9
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ					
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	7,1	2,4	4,8	69,5
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,1	23,8	148,3
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ЛЕПЕША	30	2,0	0,3	12,7	51,2
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
		680	19,0	13,8	89,6	566,9
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
		250	3,9	4,9	65,6	322,5
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
		447	22,6	18,9	70,5	550,0
2 Ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Ответственное лицо			82,7	56,0	324,8	2 087,4

Ответственное лицо

Ответственное лицо
Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 1
наименования блюда, массы порции, массы порции, калорийности порции.



Согласовано

Закреплено 10.09.13
Свердловская обл.
г. 19.3 от 30.09.13



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 3	Завтрак					
		КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	7,3	4,2	31,4	191,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	0,1	0,0	9,8	39,4
		БАТОН	1,5	0,6	10,3	52,4
		ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	6,1	0,4	8,8	83,8
	Итого за завтрак	455	15,7	10,9	51,9	366,9
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ				
			200	1,0	0,2	83,4
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед						
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	0,4	0,1	1,3	7,0
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	1,7	5,1	9,2	95,5
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	10,0	6,8	25,3	215,8
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	0,2	0,0	10,0	41,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	1,5	0,1	9,7	46,0
		ХЛЕБ ПЕКИНГОВАННЫЙ	2,6	0,4	17,0	81,6
	Итого за обед	647	16,4	12,5	72,1	487,1
Полдник		ЛАКОМКА				
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	3,8	4,4	31,0	156,1
			200	2,5	15,6	97,3
			250	6,8	46,6	253,4
	Ужин					
		ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	1,0	1,9	6,2	47,8
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ	11,6	15,2	11,0	234,5
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	4,9	4,4	31,1	188,4
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	0,1	0,1	20,9	86,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	4,4	0,4	29,2	137,8
	Итого за Ужин	500	22,0	22,0	98,4	694,5
2 Ужин		КЕФИР				
			180	5,1	4,4	92,5
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			67,0	56,9	295,6	1 977,8

Согласно СанПиН 2.3/2.4.282-76 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.

Согласовано

Секретарь МОУ ДОС 13
Саврасова С.А. [подпись]

14.03.2020 г.

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 4	Завтрак					
	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3
	Итого за завтрак	437	13,2	11,3	63,1	413,6
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ					
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	ТЕФЕЛИ С СОУСОМ	70/50	10,3	12,4	11,0	205,3
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150	3,9	3,9	39,7	214,1
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	Итого за обед	740	23,8	23,1	111,0	763,3
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ					
	Итого за Полдник	50	3,8	4,9	37,2	203,5
	Итого за Полдник	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Ужин	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	250	3,9	4,9	65,6	322,5
	КОТЛЕТА РУБЕЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5	197,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7
	Итого за Ужин	45	3,4	1,3	23,1	117,9
	Итого за Ужин	442	17,8	15,8	63,1	481,9
2 Ужин	КЕФИР					
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5
	Всего за день:		64,8	60,7	329,4	2 157,2

Ответственное лицо
* Согласно СанПиН 2.3.72-4-4282-26 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.



Согласовано

Смирнова О.А.
19.05.2025



Утверждаю: **ООО Алеко**
Смирнова О.А.
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	
Неделя 1 День 5	Завтрак				
	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0
	Итого за завтрак	635	14,0	12,4	92,5
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ				
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАТЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7
	Итого за обед	690	19,6	14,5	92,6
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ				
	КАКАО С МОЛОКОМ	50	3,8	4,9	37,2
	Итого за Полдник	200	3,3	3,4	15,4
	Итого за Полдник	250	7,7	8,2	53,7
	Итого за Полдник	250	7,7	8,2	53,7
Ужин	Икра кабанчиков консервированная	50	1,0	4,5	3,9
	Плов из птицы	150	28,9	31,2	24,8
	Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1
	Итого за Ужин	450	33,7	36,0	69,3
2 Ужин	Кефир				
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0
	Всего за день:		81,1	75,7	334,7
	Всего за день:		81,1	75,7	334,7
	Всего за день:		81,1	75,7	334,7

*См. приложение 3/2.4.4.282-26 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.

Согласовано

Закреплено 10.09.2019

В.В. Радченко С.А.

17.09.2019 10:09:10

Утверждаю: ООО Алеко

И.В. Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 6	Завтрак					
	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
	Итого за завтрак	10	2,3	3,0	0,0	36,4
		437	13,6	8,7	67,1	400,4
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		720	23,7	18,8	93,8	651,5
Полдник	МАННИК	50	3,1	4,4	25,1	151,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		250	3,2	4,4	34,9	190,9
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4
Итого за Ужин		492	16,9	17,3	64,1	493,8
2 УЖИН	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Ответственное лицо			63,3	54,4	285,9	1 920,3

* 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.



Согласовано

Заведующий отделом
Воспитание С.А. Бег

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 7	Завтрак					
Итого за завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Батон	30	2,3	0,9	15,4	78,6
		430	18,7	24,3	32,0	426,9
2 Завтрак	Сок яблочно-абрикосовый					
		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	Салат из белокочанной капусты	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	Суп картофельный с мясным фаршем	180	6,6	6,3	12,8	134,6
	Макаронник с мясом или печенью (говядина)	150	14,8	7,6	31,5	272,7
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб пеклеваный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		600	24,9	16,8	86,7	619,0
Полдник	Печенье					
	Напиток из плодов шиповника	50	3,8	4,9	37,2	208,5
		200	0,7	0,3	20,1	98,1
		250	4,5	5,2	57,3	306,6
Ужин	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6
	Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
		450	28,0	23,8	69,8	613,1
2 Ужин	Жефир					
		180	5,1	4,4	7,0	92,5
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5
	Всего за день:		82,2	74,7	272,4	2 141,5
	Ответственное лицо					

* 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.



Согласовано

Закреплено 10.09.13
Сергеев С. А.

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 8	Завтрак					
	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,6	33,9	201,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за завтрак	СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
		420	10,2	6,5	59,1	356,0
	2 Завтрак					
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	СУП КАРТОВЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	КОТЛЕТЫ С КРУПЮЙ	70	9,4	9,7	13	164,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9
Итого за обед	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		730	24,5	19,3	101,8	670,8
Полдник	НЕЖЕНКА	50	3,3	4,9	28,0	168,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		250	3,4	4,9	37,8	207,5
	Ужин					
Итого за ужин	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3	14,4
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4
2 Ужин		452	33,0	31,5	57,6	653,5
	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5
	Всего за день:		77,0	67,4	282,3	2 071,5

ОТВЕТСТВЕННЫЙ ЛИЦО 3.3/2-4-4262-26 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.

Согласовано

Утверждаю: 000 Алеко
Ковалева А.В.

Лето-Весна

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2						
День 9						
Завтрак						
	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	
Итого за завтрак		420	16,2	10,9	72,5	
					451,6	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	
					83,4	
Обед						
	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	3,0	6,6	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	114,0	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	
Итого за обед		700	29,8	20,2	107,4	
					732,7	
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	
Итого за Полдник		250	3,9	4,9	47,0	
					247,9	
Ужин	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,5	
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,2	11,9	24,4	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	
Итого за Ужин		465	15,4	15,4	79,9	
					520,5	
2 УЖИН	КЕСИР	180				
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	
Итого за день:			71,4	56,0	333,4	
					2 128,6	

71,4	56,0	7,0	92,5
333,4			2 128,6

Согласовано



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-м ДНЕВНОЕ МЕТРО

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2						
День 10						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	
	БАТОН	50	3,8	1,5	41,7	
Итого за завтрак						
		447	20,3	24,9	131,0	481,6
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2		
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед						83,4
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,0	15,2	90,0
	ПИЩА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за обед		680	24,6	16,4	92,6	620,3
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,0	103,1
Итого за Полдник		250	6,9	7,3	54,2	311,6
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Ужин		470	23,6	21,1	82,8	626,7
2 Ужин	КСОИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за день:			81,5	74,3	298,7	2 216,1
Ответственное лицо						

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4.2882-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования порций, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждено ООО "Сбербанк России" 10.03.2010

0795370

10334002

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 День 11							
	Завтрак						
		КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7
		405	12,2	12,9	66,7	440,2	
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ						
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0	
		110	0,7	0,5	31,9	137,0	
Обед							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	3,5	4,9	54,6	
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИГРАДСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,1	4,5	9,1	85,7	
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕЧЬЮ (говядина)	150	14,8	7,6	31,5	272,7	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,7	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за обед		670	23,5	16,4	105,0	681,7	
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ						
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
Итого за Полдник		200	0,1	0,0	28,4	114,0	
		250	3,9	4,9	65,6	322,5	
Ужин	ИКРА МОРКОВНАЯ						
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	1,3	3,0	6,6	59,8	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	11,5	11,6	11,5	197,9	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	3,1	4,6	21,4	143,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	
Итого за Ужин		50	3,8	0,3	25,1	118,4	
		527	19,9	19,5	74,6	561,7	
2 ужин	КЕФИР						
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5	
			65,3	58,6	360,8	2 235,6	
Ответственное лицо _____							

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования групп детей с указанием наименования порций, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

61 Westmouth Rd
Cape Town 800

Ковалева А.В.



Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3							
День 12							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,6	
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,0	3,0	13,9	95,0	
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	
Итого за завтрак		415	13,1	12,2	70,3	449,3	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,5	7,2	70,2	
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8	135,8	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6	
	ХЛЕБ ГЛЕКЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	
	Итого за обед	680	19,5	14,5	92,4	591,7	
	Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
		КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,4	15,4	105,5
Итого за Полдник		250	7,7	8,2	53,7	321,1	
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88,3	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
Итого за Ужин		430	31,8	21,8	68,3	622,7	
2 Ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:			78,2	61,3	311,3	2 160,7	

* 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 порцции.

Согласовано

Закреплено 10.09.19
Борисенко А.А. Зав

Утверждено ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 День 13							
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,6	33,9	201,8	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	158,7	
		435	10,9	8,7	78,4	461,4	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0	
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2	
	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	7,1	2,4	4,8	69,5	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
	Итого за обед	710	18,9	9,8	91,9	537,9	
	Полдник	МАННИК	50	3,1	4,4	25,1	151,5
		НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	20,1	98,1
		250	3,8	4,7	45,2	249,6	
Итого за Полдник							
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	
	КАША РАССЫПАЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150	3,9	3,9	39,7	214,1	
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
Итого за Ужин	480	16,6	16,5	75,6	529,8		
2 Ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:			56,3	44,3	317,7	1 954,6	
Ответственное лицо							

* 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.

Согласовано

Закреплено 10.07.19
Врач С.А. Вел

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 14	Завтрак					
	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	38,4
Итого за завтрак	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
		420	17,9	24,0	26,9	400,7
2 Завтрак	Сок яблочно-апельсиновый	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	Итого за 2 завтрак	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	Голубцы ленивые	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Итого за обед	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
		660	20,0	17,4	71,0	533,3
Полдник	Нежирка	50	3,3	4,9	28,0	168,1
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	38,4
	Итого за Полдник	250	3,4	4,9	37,8	207,5
Ужин	Икра свекольная или морковная (морковная)	50	1,1	2,4	5,6	49,9
	Фрикадельки в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
Итого за Ужин	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Хлеб пшеничный	490	19,8	20,1	74,1	568,4
2 Ужин	Кефир	180	5,1	4,4	7,0	92,5
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			67,2	71,0	236,4	1 885,8

* Ответственное лицо 2.372-4-4282-26 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.

Согласовано

Секретарь 10.04.2019
С.А. Сидорова

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 15	Завтрак					
	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Итого за завтрак	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
		410	14,2	10,2	58,8	383,2
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	СУП С КРУПКОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9
Итого за обед	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
		650	19,8	22,5	80,0	610,1
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,0	2,5	15,6	97,3
	Итого за Полдник	250	6,8	7,4	52,8	305,8
Ужин	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	ПЛОДЫ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
Итого за Ужин		452	33,6	36,8	62,0	718,8
2 Ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
	Итого за 2 ужин	180	5,1	4,4	7,0	92,5
	Всего за день:		80,3	82,1	279,6	2 201,6
	Ответственное лицо					

* 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.



Согласовано

Зак. № 19
Сек. Сохран. С.А.

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 16	Завтрак					
	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого за завтрак		30	2,3	0,9	15,4	78,6
		465	14,3	10,2	93,5	528,0
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2	70,2
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,8
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,8	21,4	143,9
Итого за обед	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		730	24,4	15,6	92,9	619,4
Полдник	МАФИН	50	3,1	4,4	25,1	151,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
		250	3,2	4,4	53,5	265,5
Ужин	ТРЕЩА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	160	10,9	12,7	26,0	262,0
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		410	14,8	13,0	60,9	419,8
2 Ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			62,6	48,4	326,8	2 016,4
Ответственное лицо						

* 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.

Согласовано

Заведующий МБДОУ № 13
Борисов С.А. Вел

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 17	Завтрак					
2 Завтрак						
Итого за 2 завтрак						
Обед						
Итого за обед						
Полдник						
Итого за Полдник						
Ужин						
Итого за Ужин						
2 Ужин						
Итого за 2 ужин						
Всего за день:						
Ответственное лицо						

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4.282-26 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.



Согласовано

Заведующий лабораторией
Воспитатель С.А. Ветер

Утверждаю: ООО Алеко



Р.Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 18	Завтрак					
	КАША ЖИДКАЯ (ПЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	СЫР (ПОРЦИОНЫ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого за завтрак	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5
		420	12,1	9,2	51,2	337,0
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
		400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	3,5	4,9	54,6
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	498,1
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
		620	38,0	39,1	86,6	857,2
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
		250	3,9	4,9	65,6	322,5
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за Ужин		467	15,1	17,1	52,1	436,9
2 Ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
		180	5,1	4,4	7,0	92,5
			76,0	75,7	301,1	2 220,7

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.2882-26 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.

Секретарь ИОБ г. Б.

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-мг ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4						
День 19						
Завтрак						
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	КАКАО С МОЛОКОМ	180				
	БАТОН	30	3,0	13,9	95,0	95,0
Итого за завтрак			30	0,9	15,4	79,6
		410	21,6	27,3	36,1	482,5
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед						
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,0	15,2	90,0
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ЛЕГКОВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		620	20,3	16,0	64,5	486,7
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	3,1	2,4	17,0	103,1
		250	6,9	7,3	54,2	311,6
Ужин						
	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ПРЕЧНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	160/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого за Ужин		450	22,1	21,0	72,8	579,3
2 УЖИН	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5

* 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 блюд, массы порции, калорийности порции.



Согласовано

Секретарь *№ 13*
Смирнова С. В.

Утверждаю: **ООО Алеко**
С.В. Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Всего за день:		77,0	76,2	254,2	2 036,0
Ответственное лицо					

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 20 Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	180	3,8	3,2	20,5	125,8
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	435	9,2	9,3	65,0	385,6
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70	9,4	9,7	13,0	164,8
Итого за обед	ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6
		40	2,6	0,4	17,0	81,6
Полдник	ЛАКОМКА	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	670	21,5	22,8	109,2	721,4
Итого за Полдник		50	3,8	4,4	31,0	156,1
		200	3,0	2,5	15,6	97,3
		250	6,8	6,9	46,6	253,4
Ужин	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	ФРИКАДЕЛКИ ВКУШАШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Ужин	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
		470	15,2	14,0	49,6	407,5
		180	5,1	4,4	7,0	92,5
2 Ужин Итого за 2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
		180	5,1	4,4	7,0	92,5
		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за день: 77,0 76,2 254,2 2 036,0						

наименование блюда, массы порции, калорийности порции. для детей с указанием наименования приема пищи,