

СОГЛАСОВАНО

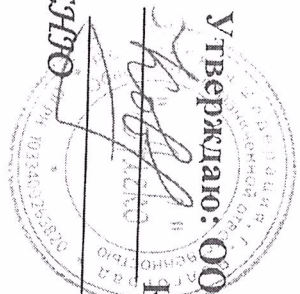


Д. В. Ковалева
Д. В. Ковалева

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



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

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 Вариант 1						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,6	33,9	201,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за завтрак		440	14,7	9,5	76,7	472,1
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
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	17,8	16,7	15,6	287,3
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1	94,7
		650	27,7	21,8	89,9	673,1
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	130	4,0	4,1	18,0	128,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	МАННИК	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Уплотненный полдник		40	2,5	3,5	20,1	121,2
Всего за день:		510	20,0	20,2	79,0	588,9
Ответственное лицо			63,4	51,7	265,2	1 817,5

* 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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Сотласовано
Забранено
01.10.2025

Dr. J. J. O'Leary

Лето-Весна

YTBEPKHAHO: 00

USE

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 Вариант 2						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,5
	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	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
		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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
		700	20,3	13,9	98,1	607,7
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Всего за день:		467	24,6	20,4	89,7	647,8
Ответственное лицо			57,0	48,3	279,9	1 811,0

* 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 пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано



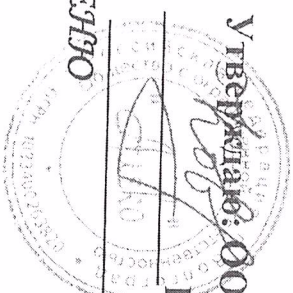
С.В. Соловьев
С.В. Соловьев д.р.х.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: 000 Алеко



Ковалева А.В.

Прием пищи		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 Вариант 3							
Завтрак							
КАША ЖИДКАЯ (МАННА)			180	7.3	4.2	31.4	191.3
ЧАЙ С САХАРОМ			190/10	0.1	0.0	9.8	39.4
БАТОН			20	1.5	0.6	10.3	52.4
ЯИЦА ВАРЕНЬЕ			1шт	6.8	6.1	0.4	83.8
Итого за завтрак			455	15.7	10.9	51.9	366.9
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
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ			180/10	1.7	5.1	9.2	95.5
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)			150	10.0	6.8	25.3	215.8
ЧАЙ С ЛИМОНОМ			180/10/7	0.2	0.0	10.0	41.7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			30	2.3	0.2	15.1	71.0
ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ			40	2.6	0.4	17.0	81.6
Итого за обед			657	17.2	12.6	77.5	512.1
Уплотненный полдник							
ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)			60	1.0	1.9	6.2	47.8
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ			70	11.6	15.2	11.0	234.5
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ			130	4.9	4.4	31.1	188.4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ			180	0.1	0.1	20.9	86.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ			60	4.4	0.4	29.2	137.8
ЛАКОМКА			40	3.0	3.5	24.8	124.9
Итого за Уплотненный полдник			540	25.0	25.5	123.2	819.4
Всего за день:				58.9	49.2	272.2	1781.8

Ответственное лицо
подпись

* Ответственное лицо

Согласно СанПиН 2.372.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указан наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Докладчик: Мещеряков
Докладчик: Мещеряков
Докладчик: Мещеряков

Докладчик: Мещеряков
Докладчик: Мещеряков
Докладчик: Мещеряков

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 Вариант 4	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5
	Итого за завтрак	437	13,2	11,3	63,1	413,5
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
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150	3,9	3,9	39,7
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1
Итого за обед		770	26,1	23,2	125,6	832,4
Уплотненный полдник		КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5
		ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1
Итого за Уплотненный полдник		450	18,1	15,8	64,9	480,1
Всего за день:			58,4	50,5	273,2	1 809,5

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

Директор ООО "Алеко"
С.В. Овечкина

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 Вариант 5						
	Завтрак					
	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,6
	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	200	0,8	0,8	19,0	91,2
		635	14,0	12,4	92,5	548,6
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						
	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		650	17,3	14,4	78,5	525,3
Уплотненный полдник	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	Итого за Уплотненный полдник	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Уплотненный полдник		450	33,7	36,0	69,3	738,9
Всего за День:			66,0	63,0	259,9	1 896,2

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

Зав. кафедрой ОМСУС/16.08.2012

М.П. ОМСУС

С.И. 40. 2012

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 Вариант 6	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7.3	4.2	31.4
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0.2	0.0	10.0
		БАТОН	50	3.8	1.5	25.7
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2.3	3.0	0.0
	Итого за завтрак		437	13.6	8.7	67.1
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		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0.7	2.9	4.1
		СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2.7	2.1	14.5
		ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13.2	13.1	13.4
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0.0	0.0	15.5
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3.3	0.4	21.2
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.8	0.3	25.1
			720	23.7	18.8	93.8
						651.5
Уплотненный полдник		ТЕОТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10.3	12.4	11.0
		ПРОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	4.6	21.4
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0.2	0.0	10.0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3.8	0.3	25.1
		МАННИК	40	2.5	3.5	20.1
Итого за Уплотненный полдник			537	19.9	20.8	87.4
Всего за день:			58.0	49.1	267.3	1 773.1
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 указан наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Директор "ОМСУЗ Детская поликлиника" № 254
О.И.И. 2016

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 Вариант 7						
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
Итого за завтрак		430	18,7	24,3	32,0	426,9
2. Завтрак	Сок яблочно-абрикосовый	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 белоочанной 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 печенье (говядина)	150	14,8	7,6	31,5	272,7
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6
		600	24,9	16,8	86,7	619,0
Уплотненный подник	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3
	Молоко кипяченое	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71
	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Итого за Уплотненный подник		450	28,5	25,2	79,0	663,5
Всего за день:			73,1	66,5	217,3	1 792,8
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.

Сотисабава

Утверждено: 0000
Ком. _____
Итого: 330

2nd 1st 2nd 3rd 4th 5th 6th 7th 8th 9th 10th 11th 12th 13th 14th 15th 16th 17th 18th 19th 20th 21st 22nd 23rd 24th 25th 26th 27th 28th 29th 30th 31st 32nd 33rd 34th 35th 36th 37th 38th 39th 40th 41st 42nd 43rd 44th 45th 46th 47th 48th 49th 50th 51st 52nd 53rd 54th 55th 56th 57th 58th 59th 60th 61st 62nd 63rd 64th 65th 66th 67th 68th 69th 70th 71st 72nd 73rd 74th 75th 76th 77th 78th 79th 80th 81st 82nd 83rd 84th 85th 86th 87th 88th 89th 90th 91st 92nd 93rd 94th 95th 96th 97th 98th 99th 100th 101st 102nd 103rd 104th 105th 106th 107th 108th 109th 110th 111th 112th 113th 114th 115th 116th 117th 118th 119th 120th 121st 122nd 123rd 124th 125th 126th 127th 128th 129th 130th 131st 132nd 133rd 134th 135th 136th 137th 138th 139th 140th 141st 142nd 143rd 144th 145th 146th 147th 148th 149th 150th 151st 152nd 153rd 154th 155th 156th 157th 158th 159th 160th 161st 162nd 163rd 164th 165th 166th 167th 168th 169th 170th 171st 172nd 173rd 174th 175th 176th 177th 178th 179th 180th 181st 182nd 183rd 184th 185th 186th 187th 188th 189th 190th 191st 192nd 193rd 194th 195th 196th 197th 198th 199th 200th 201st 202nd 203rd 204th 205th 206th 207th 208th 209th 210th 211st 212th 213th 214th 215th 216th 217th 218th 219th 220th 221st 222nd 223rd 224th 225th 226th 227th 228th 229th 230th 231st 232nd 233rd 234th 235th 236th 237th 238th 239th 240th 241st 242nd 243rd 244th 245th 246th 247th 248th 249th 250th 251st 252nd 253rd 254th 255th 256th 257th 258th 259th 260th 261st 262nd 263rd 264th 265th 266th 267th 268th 269th 270th 271st 272nd 273rd 274th 275th 276th 277th 278th 279th 280th 281st 282nd 283rd 284th 285th 286th 287th 288th 289th 290th 291st 292nd 293rd 294th 295th 296th 297th 298th 299th 300th 301st 302nd 303rd 304th 305th 306th 307th 308th 309th 310th 311st 312th 313th 314th 315th 316th 317th 318th 319th 320th 321st 322nd 323rd 324th 325th 326th 327th 328th 329th 330th 331st 332nd 333rd 334th 335th 336th 337th 338th 339th 340th 341st 342nd 343rd 344th 345th 346th 347th 348th 349th 350th 351st 352nd 353rd 354th 355th 356th 357th 358th 359th 360th 361st 362nd 363rd 364th 365th 366th 367th 368th 369th 370th 371st 372nd 373rd 374th 375th 376th 377th 378th 379th 380th 381st 382nd 383rd 384th 385th 386th 387th 388th 389th 390th 391st 392nd 393rd 394th 395th 396th 397th 398th 399th 400th 401st 402nd 403rd 404th 405th 406th 407th 408th 409th 410th 411st 412th 413th 414th 415th 416th 417th 418th 419th 420th 421st 422nd 423rd 424th 425th 426th 427th 428th 429th 430th 431st 432nd 433rd 434th 435th 436th 437th 438th 439th 440th 441st 442nd 443rd 444th 445th 446th 447th 448th 449th 450th 451st 452nd 453rd 454th 455th 456th 457th 458th 459th 460th 461st 462nd 463rd 464th 465th 466th 467th 468th 469th 470th 471st 472nd 473rd 474th 475th 476th 477th 478th 479th 480th 481st 482nd 483rd 484th 485th 486th 487th 488th 489th 490th 491st 492nd 493rd 494th 495th 496th 497th 498th 499th 500th 501st 502nd 503rd 504th 505th 506th 507th 508th 509th 510th 511st 512th 513th 514th 515th 516th 517th 518th 519th 520th 521st 522nd 523rd 524th 525th 526th 527th 528th 529th 530th 531st 532nd 533rd 534th 535th 536th 537th 538th 539th 540th 541st 542nd 543rd 544th 545th 546th 547th 548th 549th 550th 551st 552nd 553rd 554th 555th 556th 557th 558th 559th 560th 561st 562nd 563rd 564th 565th 566th 567th 568th 569th 570th 571st 572nd 573rd 574th 575th 576th 577th 578th 579th 580th 581st 582nd 583rd 584th 585th 586th 587th 588th 589th 590th 591st 592nd 593rd 594th 595th 596th 597th 598th 599th 600th 601st 602nd 603rd 604th 605th 606th 607th 608th 609th 610th 611st 612th 613th 614th 615th 616th 617th 618th 619th 620th 621st 622nd 623rd 624th 625th 626th 627th 628th 629th 630th 631st 632nd 633rd 634th 635th 636th 637th 638th 639th 640th 641st 642nd 643rd 644th 645th 646th 647th 648th 649th 650th 651st 652nd 653rd 654th 655th 656th 657th 658th 659th 660th 661st 662nd 663rd 664th 665th 666th 667th 668th 669th 670th 671st 672nd 673rd 674th 675th 676th 677th 678th 679th 680th 681st 682nd 683rd 684th 685th 686th 687th 688th 689th 690th 691st 692nd 693rd 694th 695th 696th 697th 698th 699th 700th 701st 702nd 703rd 704th 705th 706th 707th 708th 709th 710th 711st 712th 713th 714th 715th 716th 717th 718th 719th 720th 721st 722nd 723rd 724th 725th 726th 727th 728th 729th 730th 731st 732nd 733rd 734th 735th 736th 737th 738th 739th 740th 741st 742nd 743rd 744th 745th 746th 747th 748th 749th 750th 751st 752nd 753rd 754th 755th 756th 757th 758th 759th 760th 761st 762nd 763rd 764th 765th 766th 767th 768th 769th 770th 771st 772nd 773rd 774th 775th 776th 777th 778th 779th 780th 781st 782nd 783rd 784th 785th 786th 787th 788th 789th 790th 791st 792nd 793rd 794th 795th 796th 797th 798th 799th 800th 801st 802nd 803rd 804th 805th 806th 807th 808th 809th 810th 811st 812th 813th 814th 815th 816th 817th 818th 819th 820th 821st 822nd 823rd 824th 825th 826th 827th 828th 829th 830th 831st 832nd 833rd 834th 835th 836th 837th 838th 839th 840th

Лето-Весна

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2						
Вариант 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
	СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого за завтрак		420	10,2	6,5	59,1	356,0
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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	КОТЛЕТЫ С КРУПНОЙ	70	9,4	9,7	13	164,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за обед		720	23,8	19,2	96,8	647,1
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	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	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	НЕЖЕНКА	40	2,6	3,9	22,4	134,5
Итого за Уплотненный полдник		457	33,8	35,3	68,8	733,3
Всего за день:			68,6	61,8	243,7	1 827,6

* 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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

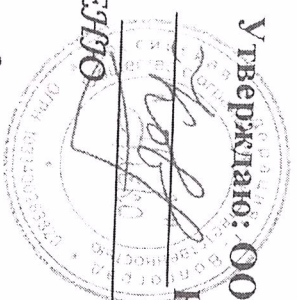


ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: 000 Алеко



Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 Вариант 9						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за завтрак		420	16,2	10,9	72,5	451,6
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	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	3,0	6,6	59,8
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	243,0
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		700	29,8	20,2	107,4	732,7
Уплотненный полдник	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,5	52,9
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,2	11,9	24,4	245,6
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,7
Итого за Уплотненный полдник		55	4,1	0,3	26,8	126,3
Всего за день:		465	15,4	15,4	79,9	520,5
Ответственное лицо			62,4	46,7	279,4	1 788,2

* 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 указан наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Сотласовано

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

УТВЕРЖДАЮ: 000 Алеко
Ковалева А.В.

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2						
Вариант 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	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за завтрак		447	20,3	24,9	42,5	481,6
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	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 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 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
Уплотненный полдник	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	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Уплотненный полдник		470	23,6	21,1	82,8	626,7
Всего за день:			69,5	62,6	237,5	1 812,0

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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Врач-педиатр Мещеряков
С.В. Мещеряков

Детский сад № 10, г. Москва

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

Утверждаю: 000 Алехо

Ковалева А.В.

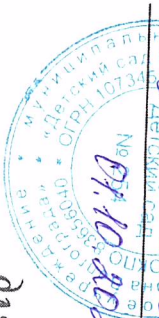
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3						
Вариант 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
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7
Итого за завтрак		405	12,2	12,9	66,7	440,2
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,1	4,5	9,1	85,7
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (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
Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1	94,7
		670	24,2	15,8	109,2	696,4
Уплотненный полдник	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	3,0	6,6	59,8
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5	197,9
	ПИРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Всего за день:		517	19,2	19,4	69,6	538,0
Ответственное лицо			56,3	48,6	277,4	1 811,6

* 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

Валерия Викторовна Мещерякова
 Директор Детского сада № 10



№ 10/2016

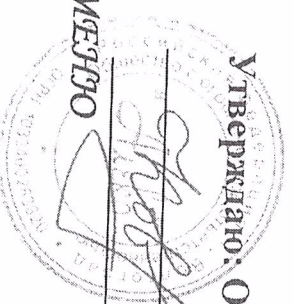
ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: 000 Алеко

А.В. Ковалева
 Ковалева А.В.



Прием пищи		Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 Вариант 12							
Завтрак			КАША ЖИДКАЯ (ТЕРКУПЕСОВАЯ)				
			180	7,8	5,5	29,0	197,6
			200	3,3	3,4	15,4	105,5
	Итого за завтрак		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
			435	13,4	12,6	71,8	459,8
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
			180	2,0	3,6	7,2	70,2
			70	9,5	6,9	6,8	135,8
			130	2,5	3,5	20,6	128,3
			180	0,1	0,0	25,7	102,6
			50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
			680	19,5	14,5	92,4	591,7
Уплотненный полдник			ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ				
			150/50	27,7	19,9	31,4	429,7
	Итого за уплотненный полдник		200	5,6	4,9	7,8	102,8
			50	3,8	1,5	25,7	131,0
	Всего за день:		450	37,1	26,3	64,9	663,5
	Ответственное лицо			71,0	53,6	248,7	1798,4

* 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 *МКУ ДНД*

Р.И.И.И.И.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждает: 000 Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Неделя 3 Вариант 13	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак		КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,6	33,9	201,6
		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
			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
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	2,7	3,9	18,5	124,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	56,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед			40	3,1	0,2	20,1	94,7
			700	19,3	9,1	94,0	542,1
Уплотненный полдник		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
		КАША РАССЫПЧАТАЯ 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	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		МАННИК	40	2,5	3,5	20,1	121,2
Итого за Уплотненный полдник			40	2,5	3,5	20,1	121,2
Всего за день:			540	20,6	20,1	105,7	698,4
Ответственное лицо				51,8	38,1	297,7	1 785,3

* 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 указан наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

George George MDS & Roads
C St Maurice HX

07.10.2026

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Вечна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

УТВЕРЖДАЮ: 000 Алеко


Кобаетва А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3						
Вариант 14						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,9
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,2
Итого за завтрак		420	17,9	24,0	26,9	400,7
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	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	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за обед		670	21,9	16,7	84,2	585,4
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,6	5,0	36,0	217,1
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	НЕЖЕНКА	40	2,6	3,9	22,4	134,5
Итого за Уплотненный полдник		520	23,5	22,3	105,8	729,1
Всего за день:			64,3	63,2	236,5	1798,6

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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий "Детской поликлиники № 254" О.И.Иванова

Заведующий "Детской поликлиники № 254" О.И.Иванова

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждаю: 000 Алеко

Н.В. Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 Вариант 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
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
	Итого за завтрак	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 КРУПНОЙ 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
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	Итого за обед	40	2,6	0,4	17,0	81,6
		650	19,8	22,5	80,0	610,1
Уплотненный полдник	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	55	1,1	4,9	4,2	65,5
	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	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
	Итого за Уплотненный полдник	452	34,0	38,3	69,0	760,7
Всего за день:			68,8	71,8	226,8	1 845,2

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

Заведующий МБОУ "Средняя школа №1" Мещинская Д.Н.

01.10.2022

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждаю: ООО Алёко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 Вариант 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
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за завтрак		485	15,8	10,8	103,8	580,4
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрака		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	122,6
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	2,7	3,9	18,5	124,4
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
Итого за обед		50	3,3	0,4	21,2	102,0
Уплотненный полдник	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	710	3,8	0,3	25,1	118,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	160	10,9	12,7	26,0	262,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	МАННИК	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Итого за Уплотненный полдник	40	2,5	3,5	20,1	121,2
Всего за день:		450	17,3	16,5	81,0	541,0
Ответственное лицо			57,9	43,0	293,8	1 812,5

* 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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий
С.В. МОУ
01.10.2018
С.В. МОУ
С.В. МОУ

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 Вариант 17	Завтрак	КАША вязкая молочная (Рисовая)	180	2,7	7,2	28,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6
	Итого за завтрак	425	7,2	13,9	52,8	377,2
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 БЕЛОКОУЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ	180	6,6	6,3	12,8	134,6
	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
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		680	26,5	26,6	99,4	754,6
Уплотненный ПОЛДНИК	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8
Итого за Уплотненный ПОЛДНИК	БАТОН	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Всего за день:		450	36,7	27,4	58,5	647,3
Ответственное лицо			71,4	68,1	230,3	1 862,5

* 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 указан наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Согласовано
Заведующий
01.10.2024



Утверждаю: 000 Алеко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 Вариант 18						
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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5
		420	12,1	9,2	51,2	337,0
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
		400	1,8	1,0	38,6	174,6
Итого за 2 завтрак						
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	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	499,1
	ХЛЕБ ИЗ СВЕЖИХ ПРОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
		610	37,9	38,5	85,8	848,2
Итого за обед						
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ПРОРЕ 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 Уплотненный полдник		467	15,1	17,1	52,1	436,9
Всего за день:			66,9	65,8	227,7	1796,7
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 указан наименования приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Заведующий ЛОУДО № 2
О.А. Левицкая

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 Вариант 19						
Завтрак	ИГРА 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	3,0	3,0	13,9	96,0
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за завтрак		410	21,6	27,3	36,1	482,5
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОВОСЫЙ	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 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 ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		640	21,6	16,2	73,0	527,5
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РЕЧНЕВАЯ)	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	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 уплотненный полдник		490	25,1	23,1	97,7	710,1
Всего за день:			69,3	66,8	226,4	1 803,5

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.

Becker's Woodcock
Alt. Lawrence H. H.

КОВАЛЕВА А.В.

Арно-Бечка

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

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.