

Согласовано

С.В. Ковалева
Детский сад № 107335
г. Москва

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Утверждаю: 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 9	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	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
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2		19,6
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2		19,6
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
		ХЛЕБ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4
	Итого за обед		50	3,3	0,4	21,2
			50	3,8	0,3	25,1
			700	29,8	20,2	107,4
Уплотненный полдник	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ 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
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3		26,8
Всего за день:		465	15,4	15,4		79,9
Ответственное лицо			62,4	46,7		279,4
						1 788,2

* 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.