

Согласовано  
[подпись]  
01.07.2012



Утверждаю: ООУ Алеко  
[подпись]  
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
Лето-Весна  
для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

| Прием пищи                   | Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции         | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |       |
|------------------------------|-----------------------------------------------------|----------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------|
|                              |                                                     |                      | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |       |
| Завтрак                      | Неделя 2<br>Вариант 6                               |                      |                  |         |             |                               |       |
|                              |                                                     | КАША ЖИДКАЯ (манная) | 150              | 6,1     | 3,4         | 26,8                          | 163   |
|                              |                                                     | ЧАЙ С ЛИМОНОМ        | 150/73,5         | 0,1     | 0           | 7                             | 29    |
|                              |                                                     | БАТОН                | 50               | 3,8     | 1,5         | 25,7                          | 131   |
|                              |                                                     | СЫР (ПОРЦИЯМИ)       | 5                | 1,2     | 1,5         | 0                             | 17,7  |
| Итого за завтрак             |                                                     | 365                  | 11,2             | 6,4     | 59,5        | 340,7                         |       |
| 2 Завтрак                    |                                                     |                      |                  |         |             |                               |       |
| Итого за 2 завтрак           |                                                     | 200                  | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |       |
| Обед                         |                                                     |                      |                  |         |             |                               |       |
|                              | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                     | 30                   | 0,4              | 1,9     | 2,5         | 29,5                          |       |
|                              | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ | 150                  | 2,3              | 1,9     | 12,1        | 74,2                          |       |
|                              | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                     | 120/15               | 7,6              | 10,4    | 11,3        | 177,2                         |       |
|                              | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                           | 150                  | 0                | 0       | 11,6        | 46,5                          |       |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                    | 50                   | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102                           |       |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                      | 25                   | 1,9              | 0,2     | 12,5        | 59,2                          |       |
|                              | Итого за обед                                       |                      | 540              | 15,5    | 14,8        | 71,2                          | 488,6 |
|                              | Уплотненный полдник                                 |                      |                  |         |             |                               |       |
|                              | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ                                    | 50/30                | 6,6              | 7,8     | 15,2        | 143,9                         |       |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ            | 130                                                 | 2,7                  | 3,9              | 18,5    | 124,4       |                               |       |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ                | 150/73,5                                            | 0,1                  | 0                | 7       | 29          |                               |       |
| ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ               | 20                                                  | 1,5                  | 0,1              | 9,7     | 46          |                               |       |
| МАННИК                       | 40                                                  | 2,5                  | 3,5              | 20,1    | 121,2       |                               |       |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                     | 430                  | 13,4             | 15,4    | 70,4        | 464                           |       |
| Всего за день:               |                                                     |                      | 40,9             | 37,4    | 220,1       | 1 384,5                       |       |
| 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.