

Согласовано *С.В. Мещерякова* 01.08.2015



Утверждаю: **ООО 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	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9
Итого за завтрак		420	12,1	9,2	51,2
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)				
	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	0,8	0,8	19,0
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6
Обед		400	1,8	1,0	38,6
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7
Итого за обед		610	37,9	38,5	85,8
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7
Итого за Уплотненный полдник		467	15,1	17,1	52,1
Всего за день:			66,9	65,8	227,7
Ответственное лицо					1 796,7

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