

Согласовано *С.В. Ковалева* № 305

С.В. Ковалева

01.10.2025



Утверждаю: ООО Алеко
С.В. Ковалева
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	
Завтрак Неделя 4 Вариант 20	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	180	3,8	3,2	20,5	125,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
	Итого за завтрак	430	10,7	7,1	63,3	359,9
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
	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
Обед	Котлеты с крупой	70	9,4	9,7	13,0	164,8
	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 пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1	94,7
		690	23,1	22,9	119,6	770,1
Уплотненный полдник	Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	Фрикадельки вкусняшка 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
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Уплотненный полдник	Лакомка	40	3,0	3,5	24,8	124,9
		530	19,7	17,7	85,1	585,0
	Всего за день:		54,3	48,5	287,0	1 806,2
	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.