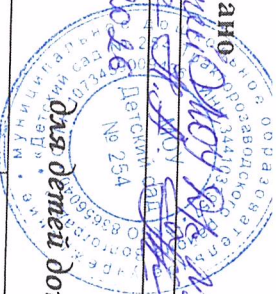


Согласовано  
 01.10.2026  
 для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 Лето-Весна

Утверждено: 08.08.2026  
 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                      | Икра кабачковая консервированная               | 30           | 0,6              | 2,7     | 2,3         | 35,7                          |
|                              | Омлет натуральный                              | 130          | 8,1              | 8,4     | 6,5         | 180,3                         |
|                              | Какао с молоком                                | 160          | 2,7              | 2,7     | 12,4        | 84,6                          |
|                              | Батон                                          | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |
| Итого за завтрак             |                                                | 350          | 13,7             | 14,7    | 36,6        | 379,2                         |
| 2 Завтрак                    | Сок яблочно-виноградный                        | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |
| Итого за 2 завтрак           |                                                | 180          | 0,9              | 0,2     | 17,7        | 75,1                          |
| Обед                         | Огулец свежий                                  | 30           | 0,24             | 0,03    | 0,75        | 4,2                           |
|                              | Суп с макаронными изделиями на курином бульоне | 150          | 2,3              | 1,8     | 12,7        | 75,1                          |
|                              | Птица, тушенная в соусе с овощами              | 150          | 14,4             | 13,6    | 14,7        | 241,5                         |
|                              | Компот из сушеных фруктов                      | 150          | 0                | 0       | 11,6        | 46,5                          |
|                              | Хлеб пеклеварный                               | 20           | 1,3              | 0,2     | 8,5         | 40,8                          |
| Итого за обед                |                                                | 500          | 18,2             | 15,6    | 48          | 407,8                         |
| Уплотненный полдник          | Котлеты, биточки, шницели рубленые             | 50           | 6,3              | 8,5     | 15,1        | 144,96                        |
|                              | Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)         | 110          | 5,8              | 6,3     | 26,3        | 191,4                         |
|                              | Чай с сахаром                                  | 180/10       | 0,1              | 0       | 9,8         | 39,4                          |
|                              | Хлеб пшеничный                                 | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |
| Итого за Уплотненный полдник | Печенье                                        | 20           | 1,5              | 2       | 14,9        | 83,4                          |
| Всего за день:               |                                                | 420          | 17,5             | 17,1    | 91,2        | 577,56                        |
| Ответственное лицо           |                                                |              | 50,3             | 47,6    | 193,5       | 1439,56                       |

\* 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.