

Согласовано
Заведующий: *М.В. Сидорова*
01.10.2025
Детский сад № 254
Одобрено
Директор: *М.В. Сидорова*
01.10.2025

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

Утверждено: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Прием пищи	Неделя 1 Вариант 3	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак		КАША ЖИДКАЯ (манная)	150	6,1	3,4	26,8	163
		ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	1шт	6,8	6,1	0,4	83,8
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
		Итого за завтрак	415	14,5	10,1	47,3	338,6
2 Завтрак		СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Итого за 2 завтрак			180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,2
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150/10	1,5	5	7,5	91,2
		ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/73,5	0,1	0	7	29
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
			540	14,6	12,1	58,5	426,7
Уплотненный полдник		ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (свекла)	40	0,6	1,4	4	33,4
		КОТЛЕТЫ, БИГОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50	6,3	8,5	15,1	144,96
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,1	4,4	26,3	166,1
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого за Уплотненный полдник		ЛАКОМКА	40	3	3,5	24,8	124,9
Всего за день:			450	16,4	18,1	106,2	626,36
Ответственное лицо				46,4	40,5	229,7	1466,76

* 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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.