

Согласовано

 Центр развития ребенка Аз 3
 МОУ "Средняя общеобразовательная школа № 3" г. Волгоград

Утверждаю: ООО Алеко

 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	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 Вариант 2	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)	150	6,4	4,6	23,4	159,2
		ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,4	7,5	15,2	145,8
		Итого за завтрак	380	9,5	5,8	53,8	303,4
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
		СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1
		Итого за 2 завтрак	380	1,7	1,0	36,7	166,3
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,4	1,9	2,5	29,5
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,1	2,3	11,7	75,8
		РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	50	5	1,7	3,3	48,7
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	2,4	3,3	19	118,7
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
		Итого за обед	520	11,3	9,5	62,4	385,3
Уплотненный полдник		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	130/40	10,3	18,3	43,9	344,3
		СЛАДИМ С ВАНИЛЬЮ	180/10/7	0,2	0	10	41,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Итого за Уплотненный полдник		437	15,8	20,6	93,9	587,8	
Всего за день:			38,3	36,9	246,8	1 442,8	
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.