

Согласовано
[подпись]
[подпись]



Утверждаю: ООУ 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, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 Вариант 8							
	Завтрак						
			160	4,9	2,3	30,1	161,2
			180/10	0,1	0	9,8	39,4
			50	3,8	1,5	25,7	131
			5	1,2	1,5	0	17,7
	Итого за завтрак		405	10	5,3	85,6	349,3
	2 Завтрак						
			200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2	
Обед							
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		30	0,24	0,03	0,75	4,2
			150	2,1	2,3	11,7	75,8
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ		50	6,7	6,9	9,3	117,7
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ		120	2,7	4,5	11,5	98,6
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ		150	0	0	11,6	46,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ		50	3,3	0,4	21,2	102
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		570	16,5	14,2	75,5	490,5
	Итого за обед						
Уплотненный полдник							
	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ		40	0,44	0,08	1,52	9,6
			130	10,9	15,9	36,5	291,9
	ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ		180/10/7	0,2	0	10	41,7
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ		20	1,5	0,1	9,7	46
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40	2,6	3,9	22,4	134,5
	НЕЖЕНКА		427	15,64	19,98	80,12	523,7
	Итого за Уплотненный полдник						
	Всего за день:			42,9	40,3	240,2	1 454,7
	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.