

Согласовано

М.В. Кудрявцева

М.В. Кудрявцева

ЕЖ

для детей дошкольного

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 23
г. Москва, район Восточный
ИНН 3442038803
«Енисейский центр развития
ребенка № 3»
ИНН 3442038803
«Енисейский центр развития
ребенка № 3»

Утверждаю: 00

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-МИ 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		
Неделя 4 Вариант 18	Завтрак						
		КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7
		ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Итого за завтрак	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
		БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5
			420	12,1	9,2	51,2	337,0
	2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2
	Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
			400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
			610	37,9	38,5	85,8	848,2
	Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ					
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	3,1	4,6	21,4	143,9	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	0,1	9,7	46,0	
Всего за день:		467	15,1	17,1	52,1	436,9	
Ответственное лицо			66,9	65,8	227,7	1 796,7	

* 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.