

Согласовано
Зав. М.С.С.П.р.З
[Подпись]

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-му ДНЕВНОЕ МЕТРО

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 День 4							
	Завтрак						
		КАША ЖЕЛТКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	185,6
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	405/15	6,4	8,1	19,5	182,3
		437	13,2	11,3	63,1	413,6	
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ						
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4	
		200	1,0	0,2	19,6	83,4	
Обед							
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3	
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150	3,9	3,9	39,7	214,1	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0	
Итого за обед		740	23,8	23,1	111,0	763,3	
Полдник							
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5	
Итого за Полдник	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0	
		250	3,9	4,9	65,6	322,5	
Ужин							
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5	197,9	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7	
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9	
Итого за Ужин		442	17,8	16,8	63,1	481,9	
2 ужин	КЕФИР						
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5	
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5	
			64,8	60,7	329,4	2 157,2	

Ответственное лицо
Сотласно СанПиН 18/03/2001-01

Ответственное лицо _____

Ответственное лицо	64,8	60,7	329,4	2 157,2
--------------------	------	------	-------	---------