

Согласовано

Мед. Демидовский садик №135
Ткач О.Н. Психолог

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 1						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)					
	КОФЕЙНЫЙ НАЛИТОК С МОЛОКОМ	180	5,5	2,6	33,9	201,6
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БАТОН	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого за завтрак		25	1,9	0,7	12,9	65,5
		415	12,8	8,7	63,9	406,6
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ					
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	17,8	16,7	15,6	287,3
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		630	26,1	21,7	79,5	624,4
Полдник	МАННИК					
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	50	3,1	4,4	25,1	151,5
Итого за Полдник		200	0,1	0,0	28,4	114,0
		250	3,2	4,4	53,5	265,5
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ					
	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	130	4,0	4,1	18,0	128,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Ужин		50	3,8	0,3	25,1	118,4
		480	18,2	16,8	63,9	491,4
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
Ответственное лицо			66,4	56,2	287,4	1 963,8

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

Согласовано

МБОУ Детский сад № 135
Тру Д.Н. Мещеряков

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 2						
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
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8
Итого за завтрак		425	10,3	13,0	53,5	380,9
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак		400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	7,1	2,4	4,8	69,5
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,1	23,8	148,3
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		680	19,0	13,8	89,6	566,9
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого за Полдник		250	3,9	4,9	65,6	322,5
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Ужин		447	22,6	18,9	70,5	550,0
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			62,7	56,0	324,8	2 087,4
Ответственное лицо						

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

Согласовано

МОУ Детский сад № 135
г.п.п. Н. Н. Мещеряков

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 3						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)					
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	БАТОН	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за завтрак		1шт	6,8	6,1	0,4	83,8
		455	15,7	10,9	51,9	366,9
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	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЫЮ (печень)	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	10,0	6,8	25,3	215,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6
		647	16,4	12,5	72,1	487,1
Полдник	ЛАКОМКА					
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	50	3,8	4,4	31,0	156,1
Итого за Полдник		200	3,0	2,5	15,6	97,3
		250	6,8	6,9	46,6	253,4
Ужин	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)					
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	60	1,0	1,9	6,2	47,8
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Итого за Ужин		60	4,4	0,4	29,2	137,8
		500	22,0	22,0	98,4	594,5
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
			67,0	56,9	295,6	1 977,8

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.

наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3
Итого за завтрак		437	13,2	11,3	63,1	413,6
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ 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
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого за Полдник		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	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			64,8	60,7	329,4	2 157,2

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.

Согласовано

Мед. Демидовой
Т. В. Н. Москатов

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 5						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	158,7
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за завтрак		635	14,0	12,4	92,5	548,6
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3	14,4
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2	70,2
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8	135,8
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		690	19,6	14,5	92,6	593,0
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,4	15,4	105,5
Итого за Полдник		250	7,7	8,2	53,7	321,1
Ужин	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Ужин		450	33,7	36,0	69,3	738,9
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			81,1	75,7	334,7	2 377,5

*Обязательно по п. 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.

Согласовано

МКУ Детский сад № 135
Т. Н. Масляева

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 2 День 6						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого за завтрак		437	13,6	8,7	67,1	400,4
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за обед		720	23,7	18,8	93,8	651,5
Полдник	МАЧНИК	50	3,1	4,4	25,1	151,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Полдник		250	3,2	4,4	34,9	190,9
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4
Итого за Ужин		492	16,9	17,3	64,1	493,8
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			63,3	54,4	285,9	1 920,3

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

Согласовано

МБОУ Детской сармты
И.И. Никитченко

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 2 День 7						
Завтрак	Икра кабачковая консервированная					
	Омлет натуральный	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Чай с сахаром	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Батон	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за завтрак		30	2,3	0,9	15,4	78,6
		430	18,7	24,3	32,0	426,9
2 Завтрак	Сок яблочно-абрикосовый					
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 белокочанной капусты					
	Суп картофельный с мясным фаршем	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	Макаронник с мясом или печенью (говядина)	180	6,6	6,3	12,8	134,6
	Компот из свежих плодов	150	14,8	7,6	31,5	272,7
	Хлеб пеклеваный	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6
		600	24,9	16,8	86,7	619,0
Полдник	Печенье					
	Напиток из плодов шиповника	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	0,7	0,3	20,1	98,1
		250	4,5	5,2	57,3	306,6
Ужин	Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью					
	Молоко кипяченое	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6
	Хлеб пшеничный	200	5,6	4,9	9,3	104,8
Итого за Ужин		40	3,1	0,2	20,1	94,7
		450	28,0	23,8	69,8	613,1
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
Ответственное лицо			82,2	74,7	272,4	2 141,5

* 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.

Согласовано

МОУ Детский сад №135
Т.Н. О.Н. Ковалевская

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 2 День 8						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)					
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	5,5	2,6	33,9	201,6
	БАТОН	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за завтрак		10	2,3	3,0	0,0	36,4
		420	10,2	6,5	59,1	356,0
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	9,4	9,7	13	164,8
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4
		730	24,5	19,3	101,8	670,8
Полдник	НЕЖЕНКА					
	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,3	4,9	28,0	168,1
Итого за Полдник		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		250	3,4	4,9	37,8	207,5
Ужин	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ					
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	60	0,7	0,1	2,3	14,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за Ужин		45	3,3	0,3	21,9	103,4
		452	33,0	31,5	57,6	653,5
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
			77,0	67,4	282,3	2 071,5

* Ответственный лиц

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.

Согласовано

МБОУ Детский сад № 135
Татьяна Н. Плосетская

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 2 День 9						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	БАТОН	180	2,8	2,2	15,4	92,9
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за завтрак		10	2,3	3,0	0,0	36,4
		420	16,2	10,9	72,5	451,6
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	Икра морковная					
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	60	1,3	3,0	6,6	59,8
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	19,6	11,4	16,9	243,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	200	0,1	0,0	28,4	114,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4
		700	29,8	20,2	107,4	732,7
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ					
	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		250	3,9	4,9	47,0	247,9
Ужин	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ					
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	60	0,9	3,0	5,5	52,9
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	10,2	11,9	24,4	245,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,2	0,2	23,2	95,7
Итого за Ужин		55	4,1	0,3	26,8	126,3
		465	15,4	15,4	79,9	520,5
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
			71,4	56,0	333,4	2 128,6

* Ответственная 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.

Согласовано

М.В. Демкина с.г.р. № 36
Т.Н. Тихомирова



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 2 День 10						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	БАТОН	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за завтрак		50	3,8	1,5	25,7	131,0
		447	20,3	24,9	42,5	481,6
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	2,7	2,0	15,2	90,0
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4
		680	24,6	16,4	92,6	620,3
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	3,1	2,4	17,0	103,1
		250	6,9	7,3	54,2	311,6
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ					
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Ужин		50	3,8	0,3	25,1	118,4
		470	23,6	21,1	82,8	626,7
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
Ответственное лицо			81,5	74,3	298,7	2 216,1

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

Согласовано

МОУ Детский сад №135
Т.О. Н. Мещеряков

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 3 День 11						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7
Итого за завтрак		405	12,2	12,9	66,7	440,2
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0
Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9	137,0
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	3,5	4,9	54,6
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,1	4,5	9,1	85,7
	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150	14,8	7,6	31,5	272,7
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,7
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	Итого за обед	670	23,5	16,4	105,0	681,7
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого за Полдник		250	3,9	4,9	65,6	322,5
Ужин	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	3,0	6,6	59,8
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5	197,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Итого за Ужин	527	19,9	19,5	74,6	561,7
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			65,3	58,6	350,8	2 235,6

Ответственное лицо

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.

МОУ Детский сад № 135
г.п.г. М. Пестово



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-му ДНЕВНОЕ МЕСЯЦО

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 3 День 12						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,6
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,0	3,0	13,9	95,0
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого за завтрак		415	13,1	12,2	70,3	449,3
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2	70,2
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8	135,8
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		680	19,5	14,5	92,4	591,7
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,4	15,4	105,5
Итого за Полдник		250	7,7	8,2	53,7	321,1
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Ужин		430	31,8	21,8	68,3	622,7
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			78,2	61,3	311,3	2 160,7

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

Согласовано

МБОУ «Воскресенский сарни»
М.О.Н.Мещеряков

Утверждено

Ковалева А.В.
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 3 День 13						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,8	33,9	201,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого за завтрак		435	10,9	8,7	78,4	461,4
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	7,1	2,4	4,8	69,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого за обед		710	18,9	9,8	91,9	537,9
Полдник	МАННИК	50	3,1	4,4	25,1	151,5
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	20,1	96,1
Итого за Полдник		250	3,8	4,7	45,2	249,6
Ужин	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
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого за Ужин		480	16,6	16,5	75,6	529,8
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			56,3	44,3	317,7	1 954,6
Ответственное лицо						

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.

Согласовано

МКУ Детский сад № 55
Тру В. Н. Мещеряков

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 3 День 14						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	БАТОН	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4
		420	17,9	24,0	26,9	400,7
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ					
	БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		660	20,0	17,4	71,0	533,3
Полдник	НЕЖЕНКА					
	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,3	4,9	28,0	168,1
Итого за Полдник		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		250	3,4	4,9	37,8	207,5
Ужин	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)					
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	50	1,1	2,4	5,6	49,9
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
Итого за Ужин		30	2,3	0,2	15,1	71,0
		490	19,8	20,1	74,1	568,4
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
			67,2	71,0	236,4	1 885,8

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

Согласовано

1104 Детский сад №135
Т. В. Москатова

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 3 День 15						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)					
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	БАТОН	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4
		410	14,2	10,2	58,8	383,2
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	СУП С КРУПНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6
		650	19,8	22,5	80,0	610,1
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ					
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	3,0	2,5	15,6	97,3
		250	6,8	7,4	52,8	305,8
Ужин	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за Ужин		45	3,4	0,3	22,6	106,6
		452	33,6	36,8	62,0	718,8
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
Ответственное лицо			80,3	82,1	279,6	2 201,6

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.

Согласовано

Мед. Демоксеев
И. И. Мещеряков

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 4 День 16						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за завтрак		465	14,3	10,2	93,5	528,0
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	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	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2	70,2
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за обед		730	24,4	15,6	92,9	619,4
Полдник	МАНИК	50	3,1	4,4	25,1	151,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого за Полдник		250	3,2	4,4	53,5	265,5
Ужин	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	160	10,9	12,7	26,0	262,0
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Ужин		410	14,8	13,0	60,9	419,8
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			62,6	48,4	326,8	2 016,4

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

Согласовано

МБОУ Детской с/ш № 1
Тру О. А. Писемская

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 4 День 17						
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)					
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	2,7	7,2	28,4	196,2
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за завтрак		30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
		425	7,2	13,9	52,8	377,2
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 БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	180	6,6	6,3	12,8	134,6
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6
		680	26,5	26,6	99,4	754,6
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ					
	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		250	3,9	4,9	47,0	247,9
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ					
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
	БАТОН	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за Ужин		45	3,4	1,3	23,1	117,9
		452	31,7	22,6	63,2	599,3
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
Ответственное лицо			75,4	72,6	289,0	2 154,9

* 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.

Согласовано

МБОУ Детской с/ср 135
Т.И. Н. Писестова

Утверждаю: ООО Алеко



Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 4 День 18						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)					
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за завтрак	БАТОН	10	2,3	3,0	0,0	36,4
		25	1,9	0,7	12,9	65,5
		420	12,1	9,2	51,2	337,0
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ					
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	60	0,8	3,5	4,9	54,6
	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
		620	38,0	39,1	86,8	857,2
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ					
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	0,1	0,0	28,4	114,0
		250	3,9	4,9	65,6	322,5
Ужин	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 Ужин		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		467	15,1	17,1	52,1	436,9
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
			76,0	75,7	301,1	2 220,7

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

Согласовано

Мед. работник №13
Тол. О. Н. Ковалева

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 4 День 19						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,0	3,0	13,9	95,0
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за завтрак		410	21,6	27,3	36,1	482,5
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200				
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
			1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50				
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	0,4	0,1	1,3	7,0
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	2,7	2,0	15,2	90,0
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	14,4	13,6	14,7	241,5
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за обед		620	1,5	0,1	9,7	46,0
			20,3	16,0	64,5	486,7
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50				
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		250	3,1	2,4	17,0	103,1
			6,9	7,3	54,2	311,6
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	11,6	15,2	11,0	234,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	8,1	5,6	36,9	234,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Ужин		450	2,3	0,2	15,1	71,0
			22,1	21,0	72,8	579,3
2 ужин	КЕФИР	180				
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
Отраженные суммы			77,0	76,2	254,2	2 036,0

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.

Согласовано

МБОУ Детский сад № 15
Тру О.Н. Тихомирова

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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 4 День 20						
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	180	3,8	3,2	20,5	125,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого за завтрак		435	9,2	9,3	65,0	385,6
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	70	9,4	9,7	13,0	184,8
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	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		670	21,5	22,8	109,2	721,4
Полдник	ЛАКОМКА	50	3,8	4,4	31,0	156,1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,0	2,5	15,6	97,3
Итого за Полдник		250	6,8	6,9	46,6	253,4
Ужин	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого за Ужин		470	15,2	14,0	49,6	407,5
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:			58,6	58,2	296,4	1 951,6

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