



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, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 Вариант 13						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	4,9	2,3	30,1	161,2
	БАТОН	150	2,3	1,8	11,4	71,3
Итого за завтрак		50	3,8	1,5	25,7	131
		360	11	5,6	67,2	363,5
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ					
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1
		180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,2
	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	150	2,3	1,9	12,1	74,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	50	5	1,7	3,3	48,7
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	110	2,3	3,3	15,6	104,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0	0	11,6	46,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46
		550	13,94	7,43	70,05	406,1
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ					
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9
	ЧАЙ С САХАРОМ	120	3,1	3,1	31,8	171,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
	МАННИК	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Уплотненный полдник		40	2,5	3,5	20,1	121,2
Всего за день:		470	15,4	14,6	97	570,3
Ответственное лицо			41,24	27,83	251,95	1415

* 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.