

Согласовано

Заведующий медучрежд
И.А. Иванова

Утверждаю: ООО Алеко
Ков
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти 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 3 Вариант 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 КАПУСТОЙ 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	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1	94,7
		670	21,9	16,7	84,2	585,4
Уплотненный полдник	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ					
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	5,6	5,0	36,0	217,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	НЕЖЕНКА	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Уплотненный полдник		40	2,6	3,9	22,4	134,5
Всего за день:		520	23,5	22,3	105,8	729,1
Ответственное лицо			64,3	63,2	236,5	1 798,6

* 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.