

Согласовано

Заведующий МОУ ДС № 309
А. В. Засанови

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 КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	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	35,8	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
			80,3	82,1	279,6	2 201,6

Ответственное лицо

Обидова Е.В. [подпись]

* 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.