



Согласовано

Заведующий отделом
20.08.2014



Утверждено: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

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

Ответственное лицо

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	2,6	33,9	201,6	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1	
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	305/20	2,3	3,7	27,4	156,7	
		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 СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0	
	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	89,5	
	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	98,1
		250	3,8	4,7	45,2	249,6	
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	
Итого за Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
		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							

* 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 блюда, массы порции, калорийности порции.