

Согласовано За ведущий МОУ ДОУ №1



А.М. Голуба

Утверждаю: ООО Алеко



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 1 Вариант 1	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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого за завтрак	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
		440	14,7	9,5	76,7	472,1
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 С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,8	16,7	15,6	287,3
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за обед		650	27,7	21,8	89,9	673,1
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130	4,0	4,1	18,0	128,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Уплотненный полдник	МАННИК	40	2,5	3,5	20,1	121,2
		510	20,0	20,2	79,0	588,9
Всего за день:			63,4	51,7	265,2	1 817,5

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
Заведующий МОУ ДК с/п/п

Согласовано

М. М. Торова

10.262

Утверждаю: 000 Алеко

Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 1 Вариант 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		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2
			200	1,0	0,2	19,6	83,4
	Итого за 2 завтрак		400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
		РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	70	7,1	2,4	4,8	69,5
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	2,9	4,1	23,8	148,3
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			20	1,5	0,1	9,7	46,0
		Итого за обед	700	20,3	13,9	98,1	607,7
	Уплотненный полдник		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	19,1	18,1	39,7
		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
		ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
		Итого за Уплотненный полдник	467	24,6	20,4	89,7	647,8
Всего за день:			57,0	48,3	279,9	1 811,0	

Ответственное лицо

* Ответственное лицо
Согласно СанПиН 2.2.1.8.57-99

Ответственное лицо _____
Согласно СанПиН 3/2-4-4289-36 VIII

Ответственное лицо _____
Согласно СанПИН 3/2-4-1383-35 _____ VIII

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

наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции и ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием

Согласовано
Заведующий МОУ Д/к шш
И.А. Попова
от 19.08.16г

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
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	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	1шт	6,8	6,1	0,4	83,8
Итого за завтрак		455	15,7	10,9	51,9	366,9
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
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	150	10,0	6,8	25,3	215,8
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
		657	17,2	12,6	77,5	512,1
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	60	1,0	1,9	6,2	47,8
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛЫ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	29,2	137,8
	ЛАКОМКА	40	3,0	3,5	24,8	124,9
		540	25,0	25,5	123,2	819,4
Всего за день						
Итого за день		58,9	49,2	27,2	272,2	1781,8

Согласовано СанПин 2.3/2.4.4.282-26 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.

Ковалева А.В.



Зима-Осень

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1						
Вариант 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					
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	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
	ТЕПЕЛИ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за обед		770	26,1	23,2	125,6	832,4
Уплотненный полдник	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 САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Уплотненный полдник		450	18,1	15,8	64,9	480,1
Всего за день:			56,4	50,5	273,2	1 809,5
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

М. И. Горюха

Ковалева А.В.



Зима-Осень

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 1						
Вариант 5						
Завтрак						
	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,6
	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
	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 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	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		650	17,3	14,4	78,5	525,3
Уплотненный полдник						
	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 Уплотненный полдник		450	33,7	36,0	69,3	738,9
Всего за день:			66,0	63,0	259,9	1 896,2
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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Согласовано

Заведующий МОУ ДК 1222

Детский сад № 119

19.10.2019

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 2 Вариант 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
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		720	23,7	18,8	93,8	651,5
Уплотненный полдник	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	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Уплотненный полдник	МАННИК	40	2,5	3,5	20,1	121,2
		537	19,9	20,8	87,4	630,0
Всего за день:			58,0	49,1	267,3	1 773,1
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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласован

№ 221
От 19.12.1987

Дополнительное
дошкольное
образовательное учреждение
«Детский сад № 221»
Омской области

Утверждаю: 000 Алеко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 2						
Вариант 7						
Завтрак						
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за завтрак		430	18,7	24,3	32,0	426,9
2 Завтрак						
	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	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 МЯСНЫМ ФАРШЕМ	180	6,8	6,3	12,8	134,6
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150	14,8	7,6	31,5	272,7
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		600	24,9	16,8	86,7	619,0
Уплотненный полдник						
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	19,1	18,1	39,7	404,3
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Итого за Уплотненный полдник		450	28,5	25,2	79,0	663,5
Всего за день:			73,1	66,5	217,3	1 792,8
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 *ведущих МОУК мдд*

МОУК мдд

от 19.10.2022

Утверждаю: **ООО Алеко**

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,6	33,9	201,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого за завтрак		420	10,2	6,5	59,1	356,0
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 СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	70	9,4	9,7	13	164,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	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	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	Итого за обед	720	23,8	19,2	96,8	647,1
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
	НЕЖЕНКА	40	2,6	3,9	22,4	134,5
Итого за Уплотненный полдник		457	33,8	35,2	68,1	728,1
Всего за день:			68,6	61,7	243,0	1 822,4

*Составлено в соответствии с 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 Заведующий МОУ ДК г. Волжск

И.И. Ковалева

от 19.10.2012



Утверждаю: ООО Алеко
И.И. Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,2	15,4	15,4	92,9
	БАТОН	50	3,8	25,7	131,0	131,0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого за завтрак		420	16,2	10,9	72,5	451,6
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	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	3,0	6,6	59,8
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	243,0
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
	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	700	29,8	20,2	107,4	732,7
Уплотненный полдник	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,5	52,9
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,2	11,9	24,4	245,6
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,3
Итого за Уплотненный полдник		465	15,4	15,4	79,9	520,5
Всего за день:			62,4	46,7	279,4	1 788,2

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 *Заведующий МОУ ДК м.д.с.*



Утверждаю: **Алеко Ковалева А.В.**

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 2 Вариант 10 Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Чай с лимоном	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	Батон	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за завтрак		447	20,3	24,9	42,5	481,6
2 Завтрак Итого за 2 завтрак	Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	Огулец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2,7	2,0	15,2	90,0
	Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	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		680	24,6	16,4	92,6	620,3
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	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 Уплотненный полдник		470	23,6	21,1	82,8	626,7
Всего за день:			69,5	62,6	237,5	1 812,0
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 Заведующий МОУ ДК №11
 МОУ ДК №11
 № 221
 02.10.2010

Утверждаю: ООО Алеко
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 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 11	Завтрак					
Итого за 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
		405	12,2	12,9	66,7	440,2
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0
		110	0,7	0,5	31,9	137,0
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	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
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
		670	24,2	15,8	109,2	696,4
Уплотненный полдник	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
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
		517	19,2	19,4	69,6	538,0
Всего за день:			56,3	48,6	277,4	1811,6
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 *наведующий МОУ ДО г.дд*

М.И. Ковалева
от 19.10.2012

Утверждаю: **ООО Алеко**

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
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	
Завтрак Неделя 3 Вариант 12	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,6
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,4	15,4	105,5
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого за завтрак		435	13,4	12,6	71,8	459,8
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 МЯСНО-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
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/50	27,7	19,9	31,4	429,7
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за уплотненный полдник		450	37,1	26,3	64,9	663,5
Всего за день:			71,0	53,6	248,7	1 798,4
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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано: *Заведующий МОУ ДК ппс*
М.П. Прохорова
19.10.16

Утверждено: *ООО Алеко*
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Зима-Осень
 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	
Завтрак	Неделя 3					
	Вариант 13					
	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
Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
		435	10,9	8,7	78,4	461,4
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 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	130	2,7	3,9	18,5	124,4
	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	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	Итого за обед	700	19,3	9,1	94,0	542,1
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ					
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,9	3,9	39,7	214,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	МАНИК	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Уплотненный полдник		40	2,5	3,5	20,1	121,2
		540	20,6	20,1	105,7	698,4
Всего за день:			51,8	38,1	297,7	1 785,3

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

Согласовано Заведующий МОУ Детский сад № 29 г. Дзержинск

М.П. МОУ Детский сад № 29 г. Дзержинск

М.П. МОУ Детский сад № 29 г. Дзержинск

Утверждаю: О.В.О. Алеко

Ковалева А.В.

МОУ Детский сад № 29 г. Дзержинск

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	Батон	20	1,5	0,6	10,3	52,4
	Итого за завтрак	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 соленные	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	Голубцы ленивые	140/30	12,8	12,3	12,0	217,4
	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	Хлеб пеклеванный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
	Итого за обед	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
	Итого за день:	520	23,5	22,3	105,8	729,1
	Всего за день:		64,3	63,2	236,5	1 798,6

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 *Заведующий МОУ ДОУ "СДТ"*
М.А. Мухомова
 Детский сад № 19 г. Яблонец
 02.09.2016 г.

Утверждаю: **ООО Алеко**
С.В. Ковалева
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
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	
Завтрак Неделя 3 Вариант 15	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за завтрак		410	14,2	10,2	58,8	383,2
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 СОЛЕНЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	СУП С КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		650	19,8	22,5	80,0	610,1
Уплотненный полдник	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	55	1,1	4,9	4,2	65,5
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
		452	34,0	38,3	69,0	760,7
Всего за день:			68,8	71,8	226,8	1 845,2

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

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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 4 Вариант 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	50	3,8	1,5	25,7	131,0	
		Итого за завтрак			485	15,8	10,8	103,8	580,4
	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							
			ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,1	0,9	6,5	
			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	130	2,7	3,9	18,5	124,4	
		КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ 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			710	24,0	14,9	90,0	599,9
Уплотненный полдник									
		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		
		МАНИК	40	2,5	3,5	20,1	121,2		
	Итого за Уплотненный полдник			450	17,3	16,5	81,0	541,0	
Всего за день:					57,9	43,0	293,8	1 812,5	
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 за ведущий мой Деклант

МОУ Детский сад № 221

19.05.12

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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	
Завтрак	Неделя 4					
	Вариант 17					
	КАША вязкая молочная (рисовая)	180	2,7	7,2	28,4	196,2
	ЧАЙ с САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за завтрак	БУТЕРБРОД с СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
		425	7,2	13,9	52,8	377,2
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 БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ с МЯСНЫМ ФАРШЕМ	180	6,6	6,3	12,8	134,6
	ФРИКАДЕЛЬКИ в СОУСЕ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4
Итого за обед	КИСЕЛЬ из ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Уплотненный полдник		680	26,5	26,6	99,4	754,6
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ с ВАНИЛЬЮ					
Итого за Уплотненный полдник	КЕФИР	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
	БАТОН	200	5,6	4,9	7,8	102,8
Всего за день:		40	3,0	1,2	20,6	104,8
		450	36,7	27,4	58,5	647,3
Ответственное лицо			71,4	68,1	230,3	1 862,5

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



Согласовано *Заведующий МОУ ДО ЦМН*

Утверждаю: **ООО Алеко**
С.В. Ковалева
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
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	
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
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5
		420	12,1	9,2	51,2	337,0
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
		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 КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	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	45,0
Итого за обед		610	37,9	38,5	85,8	848,2
Уплотненный полдник	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
Итого за Уплотненный полдник	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
		467	15,1	17,1	52,1	436,9
Всего за день:			66,9	65,8	227,7	1 796,7

Ответственное лицо
* Согласно СанПин 2.3.72.4.4282-26 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
Деп. 19.09.2019



Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
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	
Завтрак Неделя 4 Вариант 19	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	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
Обед	Огулец соленый	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2,7	2,0	15,2	90,0
	Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	Компот из сушеных фруктов	200	0,0	0,0	15,5	61,9
Итого за обед	Хлеб пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
		20	1,5	0,1	9,7	46,0
Уплотненный полдник		640	21,6	16,2	73,0	527,5
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	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 уплотненный полдник	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4
		490	25,1	23,1	97,7	710,1
Всего за день:			69,3	66,8	226,4	1 803,5
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

[Signature]

[Signature]

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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	
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
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
		430	10,7	7,1	63,3	359,9
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70	9,4	9,7	13,0	164,8
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1	94,7
		690	23,1	22,9	119,6	770,1
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ					
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	50	0,6	0,0	1,2	6,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ЛАКОМКА	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		40	3,0	3,5	24,8	124,9
Итого за Уплотненный полдник		530	19,7	17,6	84,4	579,8
Всего за день:			54,3	48,4	286,3	1 801,0
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.