

Заведующий

МОЧ ОРС №253

№ 253

асовано
ураций
де № 53
№ 253
для детей

Итого

Ковалева А.В.

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 4						
Вариант 18						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)					
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за завтрак	БАТОН	10	2,3	3,0	0,0	36,4
		25	1,9	0,7	12,9	65,5
		420	12,1	9,2	51,2	337,0
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		400	1,8	1,0	38,6	174,6
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		610	37,9	38,5	85,8	848,2
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ					
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	0,1	9,7	46,0
Всего за день:		467	15,1	17,1	52,1	436,9
Ответственное лицо			66,9	65,8	227,7	1 796,7

* 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.