

Согласовано

Заведующий

МБОУ "Детский сад № 14"

5

Российская Федерация
Министерство образования и науки
Муниципальное бюджетное учреждение
"Детский сад № 14"
ИНН 344601370

Ковалева А.В.

Лето-Весна

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4						
Вариант 19						
Завтрак						
	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						
	Огурец свежий	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	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 пеклеваный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		640	21,6	16,2	73,0	527,5
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
	Печенье	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Итого за уплотненный полдник		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 приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.