

Согласовано
 11.05.2020
 11.05.2020
 11.05.2020

Утверждено
 11.05.2020
 11.05.2020
 11.05.2020

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
 Лето-Весна
 для детей дошкольного возраста 1-3 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 (ПШЕННАЯ)	150	5,5	2,6	28	158
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,3	1,8	11,4	71,3
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8
	Итого за завтрак	395	13,1	9,3	87,4	490,8
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
	Итого за 2 завтрак	200	0,8	0,8	19	91,2
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,2
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,7	3	5,9	57,7
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	50	6,5	8,2	2,1	72,7
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	3,3	15,6	104,9
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0	0	11,6	46,5
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
	Итого за обед	530	13,54	14,83	54,15	372,8
Уплотненный полдник	ГРЕЧКА ПО-КУЛЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,2	11,9	24,4	245,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
	МАЛИНА	40	2,5	3,5	20,1	121,2
Итого за Уплотненный полдник		400	14,3	15,5	54,0	452,2
	Всего за день:		41,7	40,4	224,6	1 407,0
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

Утверждаю: ООО Алко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ми ДНЕВНОЕ МЕНО

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 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		15,8	10,8	103,8	580,4	
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	485				
			200	0,8	0,8	19,0	91,2
			200	0,8	0,8	19,0	91,2
		Итого за 2 завтрак					
Обед		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
		СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	180	2,0	3,6	7,2	70,2
		ЛЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	11,8	6,6	3,1	122,6
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	2,7	3,9	18,5	124,4
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
			50	3,8	0,3	25,1	118,4
			710	24,0	14,9	90,0	599,9
		Итого за обед					
Уплотненный полдник		ГРЕЧКА ПО-КУЛЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ					
		ЧАЙ С САХАРОМ	160	10,9	12,7	26,0	262,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		МАННИК	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		Итого за Уплотненный полдник	40	2,5	3,5	20,1	121,2
Всего за день:		450	17,3	16,5	81,0	541,0	
Ответственное лицо			57,9	43,0	293,8	1812,5	

* 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.