



Согласовано  
Заведующий  
Лаборатории  
№ 1177

Утверждаю: ООО Алеко  
Ковалева А.Б.

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 МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ        | 150          | 3,2              | 2,7     | 17,1        | 104,8                         |
|                              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 160          | 2,4              | 1,9     | 12,2        | 76,1                          |
|                              | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ                                 | 30/6/20      | 2,3              | 3,7     | 27,4        | 156,7                         |
|                              | Итого за завтрак                                     | 365          | 7,9              | 8,3     | 56,7        | 337,6                         |
| 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                         | Икра кабачковая консервированная                     | 30           | 0,6              | 2,7     | 2,3         | 35,7                          |
|                              | Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне | 150          | 1,5              | 3       | 7,1         | 62,4                          |
|                              | Котлеты с крупой                                     | 50           | 6,7              | 6,9     | 9,3         | 117,7                         |
|                              | Макаронные изделия отварные с маслом                 | 110          | 4,1              | 4,4     | 26,3        | 166,1                         |
|                              | Кисель из повидла                                    | 150          | 0,1              | 0       | 21,1        | 84,8                          |
|                              | 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          | 15,8             | 17,3    | 84,3        | 553,5                         |
| Уплотненный полдник          | Помидоры свежие                                      | 40           | 0,44             | 0,08    | 1,52        | 9,6                           |
|                              | Фрикадельки вкусняшка с соусом сметанным             | 100/30       | 8,5              | 9,7     | 15,9        | 201,4                         |
|                              | Чай с сахаром                                        | 180/10       | 0,1              | 0       | 9,8         | 39,4                          |
|                              | Хлеб пшеничный                                       | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71                            |
| Итого за Уплотненный полдник | Лакомка                                              | 40           | 3                | 3,5     | 24,8        | 124,9                         |
|                              |                                                      | 420          | 13               | 13,3    | 56,4        | 413,5                         |
|                              | Всего за день:                                       |              | 37,5             | 35,7    | 216,4       | 1395,8                        |
| 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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.