

Согласовано

Утверждено: 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 1						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ККУРУЗНАЯ)	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
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
	Итого за завтрак	440	14,7	9,5	76,7	472,1
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 БЕЛОКОЧУАННОЙ 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 ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
		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 (ПРЕЧНЕВАЯ)	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
	МАННИК	40	2,5	3,5	20,1	121,2
Итого за Уплотненный полдник		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

Утверждаю: ООО Алёко

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)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	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	50	0,7	2,9	4,1	45,6	
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
		РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	7,1	2,4	4,8	69,5
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,1	23,8	148,3
Итого за обед	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	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	404,3	
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	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 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

Утверждено: 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 3						
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 ВАРЕНЫЕ	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	26,3	215,8
	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 обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	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, ШНИЦЕЛИ 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
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,4	0,4	29,2	137,8
Итого за Уплотненный полдник	ЛАКОМКА	40	3,0	3,5	24,8	124,9
		540	25,0	25,5	123,2	819,4

Всего за день: 23/24 26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7-ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименований 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 1 Вариант 4						
	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5
	Итого за завтрак	437	13,2	11,3	63,1	413,6
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2		19,6
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2		19,6
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
	ТЕФТЕЛИ 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:			58,4	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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

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 5						
	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1
		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4
		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0
	Итого за завтрак		635	14,0	12,4	92,5
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2		19,6
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2		19,6
						83,4
Обед		ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50	0,6	0,0	1,2
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2
		КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8
		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7
	Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0
			650	17,3	14,4	78,5
Уплотненный полдник		ИКРА КАБАЧУКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1
	Итого за Уплотненный полдник		450	33,7	36,0	69,3
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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Утверждено: 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 6	Завтрак					
		КАША ЖИДКАЯ (МАННА)	180	7,3	4,2	31,4
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0
	Итого за завтрак	437	13,6	8,7	67,1	400,4
2 Завтрак	Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0
			200	0,8	0,8	19,0
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1
		СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5
		ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50	13,2	13,1	13,4
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2
	Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1
			720	23,7	18,8	93,8
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70/30	10,3	12,4	11,0
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	3,1	4,6	21,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/107	0,2	0,0	10,0
		МАННИК	50	3,8	0,3	25,1
			40	2,5	3,5	20,1
	Итого за Уплотненный полдник		537	19,9	20,8	87,4
	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.

Согласовано

Утверждено: 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	6,6	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 пеклеваный	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 кипяченное	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 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 2 Вариант 8	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	Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
			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

*Согласовано 12.3/2.4.4282-26 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

Утверждено: 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 9	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	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	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	60	1,3	3,0	6,6	59,8
		ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	19,6	11,4	16,9	243,0
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	200	0,1	0,0	28,4	114,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		700	29,8	20,2	107,4	732,7	
Уплотненный полдник	Салат из белокочанной капусты	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	60	0,9	3,0	5,5	52,9
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	10,2	11,9	24,4	245,6
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,2	0,2	23,2	95,7
			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	1788,2	
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

Утверждено: 0000 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	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
	Хлеб пеклеваный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
		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

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	
Неделя 3 Вариант 11	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6
		КОФЕИНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7
	Итого за завтрак		405	12,2	12,9	66,7
	2. Завтрак	ЯБЛОКИ. ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,5	31,9
	Итого за 2 завтрак		110	0,7	0,5	31,9
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1
		РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,1	4,5	9,1
		МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150	14,8	7,6	31,5
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2
	Итого за обед		40	3,1	0,2	20,1
			670	24,2	15,8	109,2
Уплотненный полдник		ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	3,0	6,6
		КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1
	Итого за Уплотненный полдник		517	19,2	19,4	69,6
	Всего за день:			56,3	48,6	277,4
	Ответственное лицо					1 811,6

* 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

Утверждено: 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 3 Вариант 12						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ТЕРКУЛЕСОВАЯ)	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 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	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

Утверждено: 000 Алёко

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 13	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,6	33,9
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1
		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4
	Итого за завтрак		435	10,9	8,7	78,4
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2		19,6
		200	1,0	0,2		19,6
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	56,8
	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	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150	3,9	3,9	39,7	214,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	МАННИК	40	2,5	3,5	20,1	121,2
Итого за Уплотненный полдник		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

Утверждено: 0000 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 14						
Завтрак	Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	Омлет натуральным	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	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
	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 пшеничный	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед	Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1	94,7
		670	21,9	16,7	84,2	585,4
Уплотненный полдник	Фрикадельки в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,6	5,0	36,0	217,1
	Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1	118,4
	Нежирная	40	2,6	3,9	22,4	134,5
Итого за Уплотненный полдник		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

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	
Неделя 3 Вариант 15						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	СЫР (ПОРЦИЙМИ)	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 КРУПНОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0
	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9
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
		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

Утверждено: 0000 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 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 СУШЕНЫХ 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						
		МАННИК	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

Утверждено: 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 4 Вариант 17	Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	180	2,7	7,2	28,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8
		БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6
	Итого за завтрак		425	7,2	13,9	52,8
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	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ 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
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		680	26,5	26,6	99,4	754,6
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
	КЕФИР	200	5,6	4,9	7,8	102,8
Итого за Уплотненный полдник		40	3,0	1,2	20,6	104,8
Всего за день:		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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

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	
Неделя 4 Вариант 18	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5
		ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8
		СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10	2,3	3,0	0,0
	Итого за завтрак	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9
			420	12,1	9,2	51,2
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0
		СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОВОСЫЙ	200	1,0	0,2	19,6
			400	1,8	1,0	38,6
	Итого за 2 завтрак					174,6
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7
Итого за обед			610	37,9	38,5	85,8
Уплотненный полдник		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7
Итого за Уплотненный полдник			467	15,1	17,1	52,1
Всего за день:				66,9	65,8	227,7
						1 796,7

Ответственное лицо
* Согласно СанПин 2.372.4.4282-26 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 Алёко

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 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	Огулец соленный	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	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 рубленные	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						

Ответственное лицо

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

* 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.

Документ подписан электронной подписью

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение "Детский сад № 140 Советского района Волгограда", Сафарова Елена Николаевна, Заведующий

05.10.26 16:27 (MSK)

Сертификат 009E6F75EC447F5D2386D689F676EDC4DF

Согласовано

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

* 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.