

Согласовано

Мед. Совет № 331

Утверждено Советом № 331

Утверждаю: ООО Алеко

А.В. Ковалева

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 1						
ЗАВТРАК	КАША РИСОВАЯ вязкая	140/5	2,0	3,8	22,9	133,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		332	5,9	7,4	39,9	248,2
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2
	Итого за прием пищи:	160	0,6	0,6	15,7	75,2
ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,8	1,8	12,2	71,3
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	120	18,2	17,8	4,3	250,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,5	4,3	20,4	130,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		660	25,8	24,3	75,4	622,6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,1	6,8	8,3	129,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,3	5,3	9,8	102,0
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106
Итого за прием пищи:		417	15,4	18,1	47,0	412,7
Всего за день:			47,7	50,4	178,0	1 358,7

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 наимен-
приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

М.В. Власова с.м.р. 381

руководитель Территориального центра по борьбе с



Утверждаю: ООО Алеко
А.В. Ковалева



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 2 ЗАВТРАК	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	3,2	2,4	17,5	103,8
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	137,1
	Итого за прием пищи:	327	6,0	9,9	40,7	274,4
2 ЗАВТРАК Итого за прием пищи:	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0,8	0,2	14,7	66,9
		150	0,8	0,2	14,7	66,9
	ОБЕД					
	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,3	1,7	10,2	61,2
	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	160	2,9	2,6	7,7	68,2
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (2-й ВАРИАНТ)	70	9,2	10,7	8,5	166,9
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		630	17,5	16,4	63,3	473,6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	140	15,7	13,2	20,4	277,4
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		360	23,9	20,3	52,5	506,2
Всего за день:			48,2	46,8	171,2	1 321,1

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 блюда, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.
Акционирования

20-ми ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 3						
ЗАВТРАК	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	4,4	24,2	150,9
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	Итого за прием пищи:	322	5,3	5,0	41,2	229,0
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2
Итого за прием пищи:		160	0,6	0,6	15,7	75,2
ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	21,3	20,3	18,8	343,5
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0,8	0,2	14,7	66,9
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
Итого за прием пищи:		585	27,8	25,3	66,5	609,7
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)	110	15,2	11,8	16,5	241,7
	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,0	0,0	5,1	20,5
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
Итого за прием пищи:	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106
	Итого за прием пищи:	407	18,2	17,8	50,5	443,7
Всего за день:			51,9	48,7	173,9	1 357,6

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 наименьшего приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Утверждаю: ООО Алеко

Чобанова А.В.

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1						
День 4						
ЗАВТРАК	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗАЯ	140/5	4,2	4,6	20,5	140,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5
Итого за прием пищи:		347	8,9	11,4	42,7	308,9
2 ЗАВТРАК						
Итого за прием пищи:	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный)	150	0,0	0,0	16,8	66,9
		150	0,0	0,0	16,8	66,9
ОБЕД						
	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	1,6	1,8	11,7	68,3
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	120	14,6	5,3	13,4	175,1
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
Итого за прием пищи:		550	22,1	8,5	76,1	485,2
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	140	23,6	21,3	16,5	369,4
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106
Итого за прием пищи:		400	31,7	32,3	45,6	620,8
Всего за день:			62,7	52,2	181,2	1 481,8

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 блюда, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



Согласовано
М.И. Веткин
18.07.2018

Утверждаю: ООО Алеко
Е.Н. Ковалева А.В.

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 5 ЗАВТРАК	КАША ОВсяная "ТЕРКУЛЕС" вязкая	140/5	3,6	5,2	19,3	139,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	137,1
	Итого за прием пищи:	342	6,1	12,7	41,5	304,5
2 ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	14,7	66,9
	Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,7	66,9
ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	21,3	20,3	18,8	343,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	17,4	71,8	71,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
Итого за прием пищи:		585	27,1	25,2	69,2	614,6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	3,8	6,0	22,0	165,4
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	8,1	6,8	8,3	129,2
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		427	16,0	14,9	62,2	453,5
Всего за день:			50,0	53,0	187,6	1 439,5
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 блюда, наименования порции, массы порции, калорийности порции.



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 6 ЗАВТРАК	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	4,4	24,2	150,9
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	0,0	35,3	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	Итого за прием пищи:	332	7,5	7,9	41,2	264,3
2 ЗАВТРАК Итого за прием пищи:	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	160	2,3	0,8	32,7	149,4
	Итого за прием пищи:	160	2,3	0,8	32,7	149,4
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,3	1,7	10,2	61,2
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		580	18,8	14,5	61,4	450,5
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,5	0,1	1,1	7,8
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,1	6,8	8,3	129,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,3	9,8	102,0	102,0
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
Итого за прием пищи:	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
	Итого за прием пищи:	477	15,9	18,2	48,1	420,5
Всего за день:			44,5	41,4	183,4	1 284,7

Ответственное лицо

* Согласно СанПин 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наимен

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

Зима-Осень

20-ти дневное ежедневное меню

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 7						
ЗАВТРАК						
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5
Итого за прием пищи:		347	8,4	10,7	45,7	312,7
2 ЗАВТРАК						
	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2
Итого за прием пищи:		160	0,6	0,6	15,7	75,2
ОБЕД						
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,3	9,5	95,5
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	120	11,3	5,7	25,2	206,1
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		515	18,9	10,5	69,1	454,8
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	15,5	11,6	17,2	246,0
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		350	23,6	22,6	46,3	497,4
Всего за день:			51,5	44,4	176,8	1 340,1

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 наименьшей порции, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Зима-Осень
для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 8 ЗАВТРАК	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	140/5	3,6	5,2	19,3	139,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	Итого за прием пищи:	322	5,2	5,8	36,3	217,4
2 ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный)	150	0,0	0,0	16,8	66,9
	Итого за прием пищи:	150	0,0	0,0	16,8	66,9
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (60/60)	120	18,2	17,8	4,3	250,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	2,6	4,6	21,7	139,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		675	26,3	27,2	71,9	640,1
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ВАФЛИ	30	1,0	8,8	18,8	154,2
Итого за прием пищи:		397	15,9	21,2	47,1	439,4
Всего за день:			47,4	54,2	172,1	1 363,8

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 наимен



Согласовано
М.П. Детский с/р. 301

М.П. Детский с/р. 301



Утверждено: ООО Алеко
Ковалева А.В.

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 9 ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5
	Итого за прием пищи:	347	8,4	10,7	45,7	312,7
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2
	Итого за прием пищи:	160	0,6	0,6	15,7	75,2
ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,3	9,5	95,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	120	14,6	5,3	13,4	175,1
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0,8	0,2	14,7	66,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		555	24,6	11,1	65,7	481,1
	УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК					
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	140	15,7	13,2	20,4	277,4
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		360	23,9	20,3	52,5	506,2
	Всего за день:		57,5	42,7	179,6	1 375,2
Ответственное лицо _____						

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наимен

Удд. Ретрассе' cap. 33

Ковалева А.В.



20-ми ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2						
День 10						
ЗАВТРАК						
	КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	4,2	4,6	20,5	140,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		332	8,0	8,1	37,5	253,7
2 ЗАВТРАК						
Итого за прием пищи:	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	14,7	66,9
		150	0,8	0,2	14,7	66,9
ОБЕД						
	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (1-й ВАРИАНТ)	70	9,4	10,8	8,1	167,8
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,5	5,6	10,4	108,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		665	20,1	22,1	75,5	588,6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)	110	15,2	11,8	16,5	241,7
	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,0	0,0	5,1	20,5
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		360	23,3	22,8	50,7	513,6
Всего за день:			52,2	53,2	178,4	1 422,8

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 наименее приемлемых наименований блюд, массы порции, калорийности порции.

Удд. Deminco s.p.a. - 38

Ковалева А.В.



Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3						
День 11						
ЗАВТРАК						
	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		322	5,3	4,5	40,5	222,2
2 ЗАВТРАК						
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	160	2,3	0,8	32,7	149,4
Итого за прием пищи:		160	2,3	0,8	32,7	149,4
ОБЕД						
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,3	9,5	95,5
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	120	11,8	6,1	25,2	211,7
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	14,7	66,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		535	21,6	11,1	76,4	502,9
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,1	6,8	8,3	129,2
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3)	150	2,9	5,9	14,8	129,6
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		447	15,0	18,7	52,0	440,3
Всего за день:			44,2	35,1	201,6	1 314,8

© 2006 The Authors
Journal compilation © 2006 Blackwell Publishing Ltd

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименьшего и наибольшего количества порций, наименования блюд, массы порции, калорийности порции.



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 13 ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	Итого за прием пищи:	332	7,5	7,4	40,5	257,5
2 ЗАВТРАК Итого за прием пищи:	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	14,7	65,9
		150	0,8	0,2	14,7	65,9
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,8	1,8	12,2	71,3
	ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70	10,5	10,9	5,5	162,5
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ	70	1,1	3,4	4,8	61,2
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,5	5,6	10,4	108,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
	Итого за прием пищи:	690	20,2	22,1	71,4	573,8
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (мясо)	140	9,5	10,4	23,5	227,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ВАФЛИ	30	1,0	8,8	18,8	154,2
	Итого за прием пищи:	347	12,1	19,8	59,3	459,4
Всего за день:			40,6	49,5	185,9	1 357,6

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименее приемлемой пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Мед. Отделение с/а 381

Ирина Викторовна Иванова

№ 331

Муниципальное учреждение «Детская поликлиника № 60» г. Волгоград

Учреждение
г. Волгоград
№ 331
с/а 381
Ирина Викторовна Иванова

для аллергоков

Ковалева А.В.

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3						
День 14						
ЗАВТРАК	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	140/5	3,6	5,2	19,3	139,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		322	5,2	5,8	36,3	217,4
2 ЗАВТРАК						
Итого за прием пищи:	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный)	150	0,0	0,0	16,8	66,9
		150	0,0	0,0	16,8	66,9
ОБЕД						
	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	21,3	20,3	18,8	343,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		585	28,0	25,3	70,6	623,9
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК						
	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные)	110	15,2	11,8	16,5	241,7
	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	20	0,0	0,0	3,3	13,5
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		350	23,4	18,9	51,9	484,0
Всего за день:			56,6	50,0	175,6	1 392,2

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименее приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Директор
Ирина Викторовна Бабич

интервью с Татьяной Абдурамановой

КОВАЛЕВА А.В.



Зима-Осень

для аммиаков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 15 ЗАВТРАК	КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	4,2	4,6	20,5	140,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5
Итого за прием пищи:		347	8,9	11,4	42,7	308,9
2 ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочный)	150	0,8	0,2	14,7	66,9
Итого за прием пищи:		150	0,8	0,2	14,7	66,9
ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,3	1,7	10,2	61,2
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1-й ВАРИАНТ)	70	9,4	10,8	8,1	167,8
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,5	5,6	10,4	108,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		660	19,2	19,4	78,3	570,0
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		427	17,1	18,4	45,3	414,8
Всего за день:			46,0	49,4	181,0	1 360,6

100

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименее приемлемой пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

МОН. Методич. сур. 381

заведующий кафедрой ИВ Горюнов



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 16 ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	Итого за прием пищи:	332	7,5	7,4	40,5	257,5
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2
	Итого за прием пищи:	160	0,6	0,6	15,7	75,2
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (мясо)	160	11,0	12,1	28,9	259,2
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
	Итого за прием пищи:	555	16,5	16,9	72,8	509,3
УПЛОТНЕННЫЙ	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,1	6,8	8,3	129,2
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАНОМ СОУСЕ	160	3,8	6,0	22,0	165,4
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
	Итого за прием пищи:	437	16,7	18,9	64,3	499,7
	Всего за день:		41,3	43,8	193,3	1 341,7

Ответственное лицо

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования блюда, наименования порции, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Мен Директор с/с 381

Гордунцова А.В. Гордунцов

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.



20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4						
День 17						
ЗАВТРАК	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	МАКАРОННЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	90	3,2	2,4	17,5	103,8
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
Итого за прием пищи:		307	6,0	3,1	36,9	196,6
2 ЗАВТРАК	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ (яблочно-виноградный)	150	0,0	0,0	16,8	66,9
Итого за прием пищи:		150	0,0	0,0	16,8	66,9
ОБЕД	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3	0	0,7	5,2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,3	9,5	95,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	120	14,6	5,3	13,4	175,1
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,2	0,8	1,1	14,8
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		535	22,4	10,9	58,4	438,6
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	140	15,7	13,2	20,4	277,4
	КЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95,4
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		390	23,8	24,2	49,5	528,8
Всего за день:			52,2	38,2	161,6	1 230,9

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 наимен приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

2008. Демонстр. вып. 387

Ковалева А.В.

КОВАЛЕВА А.В.

20-му ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕТРО

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 18 ЗАВТРАК	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	140/5	3,6	5,2	19,3	139,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	28	7,0
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/10/5	4,6	6,8	15,2	140,5
Итого за прием пищи:		347	8,3	12,0	41,5	307,9
2 ЗАВТРАК	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (банан)	160	2,3	0,8	32,7	149,4
Итого за прием пищи:		160	2,3	0,8	32,7	149,4
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,3	1,7	10,2	61,2
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (60/60)	120	18,2	17,8	4,3	250,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	160	3,5	5,6	10,4	108,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,1	0,1	17,4	71,8
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	16,0	76,0
Итого за прием пищи:		660	26,9	25,7	60,7	582,7
УПЛОТНЕННЫЙ	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	9,1	6,8	8,3	129,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160/5	2,6	4,0	21,7	134,3
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Итого за прием пищи:		432	14,8	12,9	61,9	422,4
Всего за день:			52,3	51,4	196,8	1 462,4

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 наименее приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

Moss & Murre cap. 381
MOY
Jelly murex Jerry note 115 Top note

Зима-Осень

Зима-Осень

КОВАЛЕВА А.В.



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 наименьшей порции, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Согласовано

МКУ «Метель» с.г. 381

директор МКУ «Метель» И.В. Горюнов

Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.

20-ти ДНЕВНОЕ ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для аллергиков раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 20 ЗАВТРАК	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗАЯ	140/5	3,7	3,9	23,5	144,1
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	2,2	2,9	0,0	35,3
	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,5	0,6	10,0	50,0
	Итого за прием пищи:	332	7,5	7,4	40,5	257,5
2 ЗАВТРАК	ЯБЛОКО	160	0,6	0,6	15,7	75,2
	Итого за прием пищи:	160	0,6	0,6	15,7	75,2
ОБЕД	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,2	0,1	2,4	14,7
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150/5	1,3	4,3	6,0	70,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	120	14,6	5,3	13,4	175,1
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	1,2	1,7	22,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,4	0,0	21,5	88,9
Итого за прием пищи:	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		565	22,0	11,4	72,0	500,7
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (с соусом сметанным)	190	13,3	12,3	11,3	209,7
Итого за прием пищи:	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10,0	47,4
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	150/7	0,1	0,0	7,0	28,1
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,4	5,9	11,9	106,0
Всего за день:		417	16,3	18,3	40,2	391,2
			46,4	37,7	168,4	1 224,6
Ответственное лицо						

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4.282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования блюда, наименования порции, массы порции, калорийности порции.