

Согласовано

Заведующий МДОУ - 140
С.Н. Сахарова



Утверждаю: ООО Алеко
Ковалева А.В.



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

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	
Неделя 4 Вариант 16						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	5,5	2,6	28	158
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	150	2,3	1,8	11,4	71,3
	БАТОН	30/5/20	2,3	3,7	27,4	158,7
Итого за завтрак		40	3	1,2	20,6	104,8
		395	13,1	9,3	87,4	490,8
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		200	0,8	0,8	19	91,2
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ					
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	30	0,2	0	0,5	3,9
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	150	1,7	3	5,9	57,7
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	50	6,5	8,2	2,1	72,7
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	110	2,3	3,3	15,6	104,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0	0	11,6	48,5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	48
		530	13,5	14,8	53,9	372,5
Уплотненный полдник	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ					
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	10,2	11,9	24,4	245,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
	МАННИК	20	1,5	0,1	9,7	48
Итого за Уплотненный полдник		40	2,5	3,5	20,1	121,2
Всего за день:		400	14,3	15,5	64,0	452,2
Ответственное лицо			41,7	40,4	224,3	1406,7
* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59						

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.