

Согласовано

Заведующий МДОУ № 140
Н. Сафарова

Детский
ССД № 140



Утвержден: ООО Алеко
Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Режим функционирования 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 17						
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	150	2,3	6,0	23,7	163,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,5	0	17,7
Итого за завтрак		365	5,1	8,1	43,8	273,0
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ					
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1
		180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ	30	0,4	1,9	2,5	29,5
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	150	4,1	4	10,4	94
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	50/30	8,3	9,8	15,6	154,2
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	110	4,1	4,4	28,3	166,1
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0,1	0	21,1	84,8
		20	1,3	0,2	8,5	40,8
		540	18,3	20,3	84,4	569,4
Уплотненный полдник	ЗАЛЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ					
	КЕФИР	130/50	16,3	13,2	27,4	365,8
Итого за Уплотненный полдник	БАТОН	180	5,1	4,4	7	92,5
		40	3	1,2	20,6	104,8
Всего за день:		400	24,4	18,8	55	563,1
Ответственное лицо			48,7	47,4	200,9	1 480,6

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