

Согласовано
Заведующий МКДОУ № 140
С.Н. Сафаров
 ССД № 140

Утверждаю: *ООО Алеко*
Ковалева А.В.
 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 18							
Завтрак		КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая)					
		ЧАЙ С САХАРОМ	150	6,4	4,6	23,4	
		БАТОН	180/10	0,1	0	9,8	
Итого за завтрак			40	3	1,2	20,6	
			380	9,5	5,8	53,8	
2 Завтрак		ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
		СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	200	0,8	0,8	19,0	
Итого за 2 завтрак			180	0,9	0,2	17,7	
			380	1,7	1,0	36,7	
Обед		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	30	0,4	1,9	2,5	
		ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	2,1	2,3	11,7	
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	130	10,9	15,9	36,5	
		ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	150	0,1	0,1	17,4	
Итого за обед		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	
			20	1,5	0,1	9,7	
			520	17,6	20,7	94,8	
Уплотненный полдник		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ					
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	50/30	6,6	7,8	15,2	
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	110	2,3	3,3	15,6	
Итого за Уплотненный полдник		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0	10	
Всего за день:			25	1,9	0,2	12,5	
			412	11	11,3	53,3	
Ответственное лицо				39,8	38,8	238,6	
						1 416,0	

* Согласно СанПин 2.3/2 4 1282 20

* 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.