

Согласовано

Заведующий МЦД № 140
С. И. Сафарова

Утверждаю: 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 2 Вариант 6						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)					
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	БАТОН	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за завтрак		10	2,3	3,0	0,0	36,4
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	437	13,6	8,7	67,1	400,4
Итого за 2 завтрак						
		200	0,8	0,8	19,0	91,2
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	200	0,8	0,8	19,0	91,2
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
		50	3,8	0,3	25,1	118,4
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	720	23,7	18,8	93,8	651,5
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ					
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
Итого за Уплотненный полдник	МАННИК	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
		50	3,8	0,3	25,1	118,4
Всего за день:		40	2,5	3,5	20,1	121,2
		537	19,9	20,8	87,4	630,0
			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 основано на наименования приёма пищи, наименования блюд

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.