Согласовано

Заведующей МОУ „Детский сад №14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ОГРН 1033400263820

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
Неделя 1 День 1			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,6	33,9	201,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	БАТОН	25	1,9	0,7	12,9	65,5
Итого за завтрак		**415**	**12,8**	**8,7**	**63,9**	**406,6**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,8	16,7	15,6	287,3
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		**630**	**26,1**	**21,7**	**79,5**	**624,4**
Полдник	МАННИК	50	3,1	4,4	25,1	151,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого за Полдник		**250**	**3,2**	**4,4**	**53,5**	**265,5**
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130	4,0	4,1	18,0	128,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Ужин		**480**	**18,2**	**16,8**	**63,9**	**491,4**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			**66,4**	**56,2**	**287,4**	**1 963,8**

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

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 **День 2**						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10	2,4	7,5	15,2	145,8
Итого за завтрак		**425**	**10,3**	**13,0**	**53,5**	**380,9**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак		**400**	**1,8**	**1,0**	**38,6**	**174,6**
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,7	2,9	4,1	45,6
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	7,1	2,4	4,8	69,5
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	2,9	4,1	23,8	148,3
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		**680**	**19,0**	**13,8**	**89,6**	**566,9**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого за Полдник		**250**	**3,9**	**4,9**	**65,6**	**322,5**
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Ужин		**447**	**22,6**	**18,9**	**70,5**	**550,0**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			**62,7**	**56,0**	**324,8**	**2 087,4**

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

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ОГРН 1033400263820

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 3						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)					
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	БАТОН	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за завтрак		1шт	6,8	6,1	0,4	83,8
		455	**15,7**	**10,9**	**51,9**	**366,9**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	10,0	6,8	25,3	215,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6
		647	**16,4**	**12,5**	**72,1**	**487,1**
Полдник	ЛАКОМКА					
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	50	3,8	4,4	31,0	156,1
Итого за Полдник		200	3,0	2,5	15,6	97,3
		250	**6,8**	**6,9**	**46,6**	**253,4**
Ужин	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)					
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	60	1,0	1,9	6,2	47,8
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
Итого за Ужин		60	4,4	0,4	29,2	137,8
		500	**22,0**	**22,0**	**98,4**	**694,5**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
			67,0	**56,9**	**295,6**	**1 977,8**

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

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14“

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ОГРН 1033400263820

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 4						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15	6,4	8,1	19,5	182,3
Итого за завтрак		**437**	**13,2**	**11,3**	**63,1**	**413,6**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	150	3,9	3,9	39,7	214,1
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		**740**	**23,8**	**23,1**	**111,0**	**763,3**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого за Полдник		**250**	**3,9**	**4,9**	**65,6**	**322,5**
Ужин	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5	197,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Ужин		**442**	**17,8**	**16,8**	**63,1**	**481,9**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			**64,8**	**60,7**	**329,4**	**2 157,2**

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.

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 1 День 5						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	7,8	5,5	29,0	197,6
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого за завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		635	**14,0**	**12,4**	**92,5**	**548,6**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ					
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	60	0,7	0,1	2,3	14,4
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	180	2,0	3,6	7,2	70,2
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	70	9,5	6,9	6,8	135,8
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	130	2,5	3,5	20,6	128,3
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		690	**19,6**	**14,5**	**92,6**	**593,0**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ					
	КАКАО С МОЛОКОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	3,3	3,4	15,4	105,5
		250	**7,7**	**8,2**	**53,7**	**321,1**
Ужин	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
Итого за Ужин		50	3,8	0,3	25,1	118.4
		450	**33,7**	**36,0**	**69,3**	**738,9**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
			81,1	**75,7**	**334,7**	**2 377,5**

*Ответственное лицо

*Соответствие 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.

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

_____________ **Ковалева А.В.**

ОГРН 1033400263820

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 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
		437	**13,6**	**8,7**	**67,1**	**400,4**
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		200	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					
	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
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4
		720	**23,7**	**18,8**	**93,8**	**651,5**
Полдник	МАННИК					
	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,1	4,4	25,1	151,5
Итого за Полдник		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		250	**3,2**	**4,4**	**34,9**	**190,9**
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ					
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за Ужин		45	3,3	0,3	21,9	103,4
		492	**16,9**	**17,3**	**64,1**	**493,8**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
			63,3	**54,4**	**285,9**	**1 920,3**

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.

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 7						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за завтрак		**430**	**18,7**	**24,3**	**32,0**	**426,9**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ	180	6,6	6,3	12,8	134,6
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150	14,8	7,6	31,5	272,7
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		**600**	**24,9**	**16,8**	**86,7**	**619,0**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	20,1	98,1
Итого за Полдник		**250**	**4,5**	**5,2**	**57,3**	**306,6**
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	19,3	18,7	40,4	413,6
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Ужин		**450**	**28,0**	**23,8**	**69,8**	**613,1**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			82,2	74,7	272,4	2 141,5

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

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 День 8						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	180	5,5	2,6	33,9	201,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого за завтрак		**420**	**10,2**	**6,5**	**59,1**	**356,0**
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак		**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	70	9,4	9,7	13	164,8
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за обед		**730**	**24,5**	**19,3**	**101,8**	**670,8**
Полдник	НЕЖЕНКА	50	3,3	4,9	28,0	168,1
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Полдник		**250**	**3,4**	**4,9**	**37,8**	**207,5**
Ужин	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	60	0,7	0,1	2,3	14,4
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,3	0,3	21,9	103,4
Итого за Ужин		**452**	**33,0**	**31,5**	**57,6**	**653,5**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			77,0	67,4	282,3	2 071,5

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

Согласовано

Заведующий
МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 **День 9**						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	БАТОН	180	2,8	2,2	15,4	92,9
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	50	3,8	1,5	25,7	131,0
Итого за завтрак		10	2,3	3,0	0,0	36,4
		420	**16,2**	**10,9**	**72,5**	**451,6**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ					
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	60	1,3	3,0	6,6	59,8
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	19,6	11,4	16,9	243,0
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	200	0,1	0,0	28,4	114,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4
		700	**29,8**	**20,2**	**107,4**	**732,7**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ					
	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		250	**3,9**	**4,9**	**47,0**	**247,9**
Ужин	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ					
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	60	0,9	3,0	5,5	52,9
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	10,2	11,9	24,4	245,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	200	0,2	0,2	23,2	95,7
Итого за Ужин		55	4,1	0,3	26,8	126,3
		465	**15,4**	**15,4**	**79,9**	**520,5**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
			71,4	**56,0**	**333,4**	**2 128,6**

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

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 **День 10**						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	БАТОН	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за завтрак		50	3,8	1,5	25,7	131,0
		447	**20,3**	**24,9**	**42,5**	**481,6**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	2,7	2,0	15,2	90,0
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		50	3,8	0,3	25,1	118,4
		680	**24,6**	**16,4**	**92,6**	**620,3**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	3,1	2,4	17,0	103,1
		250	**6,9**	**7,3**	**54,2**	**311,6**
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ					
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Ужин		50	3,8	0,3	25,1	118,4
		470	**23,6**	**21,1**	**82,8**	**626,7**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
			81,5	**74,3**	**298,7**	**2 216,1**

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

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 11						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	15,4	92,9
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	2,8	7,5	17,7	157,7
Итого за завтрак		**405**	**12,2**	**12,9**	**66,7**	**440,2**
2 Завтрак	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110	0,7	0,5	31,9	137,0
Итого за 2 завтрак		**110**	**0,7**	**0,5**	**31,9**	**137,0**
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	3,5	4,9	54,6
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,1	4,5	9,1	85,7
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (говядина)	150	14,8	7,6	31,5	272,7
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,7
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого за обед		**670**	**23,5**	**16,4**	**105,0**	**681,7**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого за Полдник		**250**	**3,9**	**4,9**	**65,6**	**322,5**
Ужин	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	3,0	6,6	59,8
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,5	11,6	11,5	197,9
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Ужин		**527**	**19,9**	**19,5**	**74,6**	**561,7**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			**65,3**	**58,6**	**350,8**	**2 235,6**

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

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 12						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180	7,8	5,5	29,0	197,6
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,0	3,0	13,9	95,0
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого за завтрак		**415**	**13,1**	**12,2**	**70,3**	**449,3**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2	70,2
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70	9,5	6,9	6,8	135,8
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,5	3,5	20,6	128,3
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		**680**	**19,5**	**14,5**	**92,4**	**591,7**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,3	3,4	15,4	105,5
Итого за Полдник		**250**	**7,7**	**8,2**	**53,7**	**321,1**
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	18,1	88,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Ужин		**430**	**31,8**	**21,8**	**68,3**	**622,7**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			**78,2**	**61,3**	**311,3**	**2 160,7**

* 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.

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Ответственное лицо ______________________________

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
Неделя 3 День 13			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,5	2,6	33,9	201,6
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Итого за завтрак		30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
		435	**10,9**	**8,7**	**78,4**	**461,4**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	180	2,7	2,1	14,5	89,2
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70	7,1	2,4	4,8	69,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за обед		30	2,3	0,2	15,1	71,0
		710	**18,9**	**9,8**	**91,9**	**537,9**
Полдник	МАННИК					
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	50	3,1	4,4	25,1	151,5
Итого за Полдник		200	0,7	0,3	20,1	98,1
		250	**3,8**	**4,7**	**45,2**	**249,6**
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ					
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	3,9	3,9	39,7	214,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Ужин		30	2,3	0,2	15,1	71,0
		480	**16,6**	**16,5**	**75,6**	**529,8**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
			56,3	**44,3**	**317,7**	**1 954,6**

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

Согласовано

Заведующий
МОУ „Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 14						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	БАТОН	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4
		420	**17,9**	**24,0**	**26,9**	**400,7**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ					
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	140/50	13,2	13,1	13,4	234,4
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		660	**20,0**	**17,4**	**71,0**	**533,3**
Полдник	НЕЖЕНКА					
	ЧАЙ С САХАРОМ	50	3,3	4,9	28,0	168,1
Итого за Полдник		190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
		250	**3,4**	**4,9**	**37,8**	**207,5**
Ужин	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)					
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	50	1,1	2,4	5,6	49,9
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
Итого за Ужин		30	2,3	0,2	15,1	71,0
		490	**19,8**	**20,1**	**74,1**	**568,4**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
			67,2	71,0	236,4	1 885,8

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

Согласовано

Заведующий
МОУ „Детский сад № 14“

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
Лето-Весна
для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 15						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)					
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	БАТОН	200	3,1	2,4	17,1	103,1
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4
		410	**14,2**	**10,2**	**58,8**	**383,2**
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)					
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		200	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	СУП С КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,0	25,7	102,6
Итого за обед		40	2,6	0,4	17,0	81,6
		650	**19,8**	**22,5**	**80,0**	**610,1**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ					
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	3,0	2,5	15,6	97,3
		250	**6,8**	**7,4**	**52,8**	**305,8**
Ужин	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за Ужин		45	3,4	0,3	22,6	106,6
		452	**33,6**	**36,8**	**62,0**	**718,8**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
			80,3	82,1	279,6	2 201,6

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

Согласовано

Заведующий

МОУ "Детский сад № 14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 16						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	180	6,6	3,2	33,6	189,6
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за завтрак		**465**	**14,3**	**10,2**	**93,5**	**528,0**
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак		**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,6	7,2	70,2
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,8	6,6	3,1	122,6
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,0	0,0	14,0	55,8
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за обед		**730**	**24,4**	**15,6**	**92,9**	**619,4**
Полдник	МАННИК	50	3,1	4,4	25,1	151,5
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	200	0,1	0,0	28,4	114,0
Итого за Полдник		**250**	**3,2**	**4,4**	**53,5**	**265,5**
Ужин	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	160	10,9	12,7	26,0	262,0
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за Ужин		**410**	**14,8**	**13,0**	**60,9**	**419,8**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			**62,6**	**48,4**	**326,8**	**2 016,4**

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

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад №14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 17						
Завтрак	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ)	180	2,7	7,2	28,4	196,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10	4,4	6,7	14,6	141,6
Итого за завтрак		**425**	**7,2**	**13,9**	**52,8**	**377,2**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,8	2,4	4,5	44,1
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ	180	6,6	6,3	12,8	134,6
	ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ	70/30	11,5	13,1	8,3	203,3
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		**680**	**26,5**	**26,6**	**99,4**	**754,6**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Полдник		**250**	**3,9**	**4,9**	**47,0**	**247,9**
Ужин	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ	150/60	28,1	21,3	30,1	439,7
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	БАТОН	45	3,4	1,3	23,1	117,9
Итого за Ужин		**452**	**31,7**	**22,6**	**63,2**	**599,3**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			**75,4**	**72,6**	**289,0**	**2 154,9**

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

Согласовано

Заведующий

МОУ „Детский сад №14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
Неделя 4 День 18			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)					
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/5	7,8	5,5	28,5	195,7
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за завтрак	БАТОН	10	2,3	3,0	0,0	36,4
		25	1,9	0,7	12,9	65,5
		420	**12,1**	**9,2**	**51,2**	**337,0**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ					
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
		400	**1,8**	**1,0**	**38,6**	**174,6**
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	60	0,8	3,5	4,9	54,6
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	4,7	3,9	13,6	110,3
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	180	0,1	0,1	20,9	86,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		620	**38,0**	**39,1**	**86,6**	**857,2**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ					
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	0,1	0,0	28,4	114,0
		250	**3,9**	**4,9**	**65,6**	**322,5**
Ужин	ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ					
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	70/30	10,3	12,4	11,0	205,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	3,1	4,6	21,4	143,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
Итого за Ужин		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		467	**15,1**	**17,1**	**52,1**	**436,9**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
Всего за день:		180	5,1	4,4	7,0	92,5
			76,0	75,7	301,1	2 220,7

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

Согласовано

Заведующей

МОУ „Детский сад №14"

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ОГРН 1033400263820

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 4 День 19						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ					
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	15,3	18,9	2,9	249,4
	БАТОН	180	3,0	3,0	13,9	95,0
Итого за завтрак		30	2,3	0,9	15,4	78,6
		410	**21,6**	**27,3**	**36,1**	**482,5**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ					
Итого за 2 завтрак		200	1,0	0,2	19,6	83,4
		200	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ					
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	50	0,4	0,1	1,3	7,0
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	2,7	2,0	15,2	90,0
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	200	0,0	0,0	15,5	61,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за обед		20	1,5	0,1	9,7	46,0
		620	**20,3**	**16,0**	**64,5**	**486,7**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ					
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
Итого за Полдник		200	3,1	2,4	17,0	103,1
		250	**6,9**	**7,3**	**54,2**	**311,6**
Ужин	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ					
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	8,1	5,6	36,9	234,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
Итого за Ужин		30	2,3	0,2	15,1	71,0
		450	**22,1**	**21,0**	**72,8**	**579,3**
2 ужин	КЕФИР					
Итого за 2 ужин		180	5,1	4,4	7,0	92,5
		180	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**

* 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.

Согласовано

Заведующей МОУ "Детский сад №14"

МОУ Детский сад № 14

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Всего за день:				
	77,0	76,2	254,2	2 036,0

Ответственное лицо ______________________

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
Неделя 4 День 20			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	180	3,8	3,2	20,5	125,8
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
Итого за завтрак		**435**	**9,2**	**9,3**	**65,0**	**385,6**
2 Завтрак						
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2
Итого за 2 завтрак		**200**	**0,8**	**0,8**	**19,0**	**91,2**
Обед						
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1,0	4,5	3,9	59,5
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,0	3,7	8,8	78,5
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	70	9,4	9,7	13,0	164,8
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,9	4,4	31,1	188,4
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46,0
Итого за обед		**670**	**21,5**	**22,8**	**109,2**	**721,4**
Полдник						
	ЛАКОМКА	50	3,8	4,4	31,0	156,1
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,0	2,5	15,6	97,3
Итого за Полдник		**250**	**6,8**	**6,9**	**46,6**	**253,4**
Ужин						
	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	50	0,6	0,1	1,9	12,0
	ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	140/50	12,2	13,8	23,5	290,3
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0
Итого за Ужин		**470**	**15,2**	**14,0**	**49,6**	**407,5**
2 ужин						
	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			**58,6**	**58,2**	**296,4**	**1 951,6**

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