

Согласовано

Исполнитель: *Ирина Викторовна Ковалева*
 И.В. Ковалева



ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования



Утверждено: *Ирина Викторовна Ковалева*
 Ковалева А.В.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 Вариант 10	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 лимоном	180/10/7	0.2	0.0	10.0	41.7
	Батон	50	3.8	1.5	25.7	131.0
Итого за завтрак		447	20.3	24.9	42.5	481.6
2 Завтрак	Сок яблочно-апельсиновый	200	1.0	0.2	19.6	83.4
Итого за 2 завтрак		200	1.0	0.2	19.6	83.4
Обед	Огулец соленый	50	0.4	0.1	0.9	6.5
	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	180	2.7	2.0	15.2	90.0
	Птица, тушенная в соусе с овощами	150	14.4	13.6	14.7	241.5
	Компот из сушеных фруктов	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
Уплотненный полдник	Котлеты, биточки, шницели рубленые	70	11.6	15.2	11.0	234.5
	Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)	150	8.1	5.6	36.9	234.4
	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 Уплотненный полдник		470	23.6	21.1	82.8	626.7
Всего за день:			69.5	62.6	237.5	1 812.0

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