



Согласовано
М.П. [подпись]



Утверждаю: [подпись] 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 20	Завтрак						
		КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	150	3,2	2,7	17,1	104,8
		КОРЕЙСКИЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,4	1,9	12,2	76,1
	Итого за завтрак	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7
2 Завтрак		365	7,9	8,3	56,7	337,6	
Итого за 2 завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2	
		200	0,8	0,8	19	91,2	
Обед							
		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,5	3	7,1	62,4
		КОТЛЕТЫ С КРУПНОЙ	50	6,7	6,9	9,3	117,7
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,1	4,4	26,3	166,1
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	0,1	0	21,1	84,8
		ХЛЕБ ПЕКЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	Итого за обед	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
			530	15,8	17,3	84,3	553,5
	Уплотненный полдник						
		ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	40	0,4	0	0,9	5,5
		ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	100/30	8,5	9,7	15,9	201,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71
Итого за Уплотненный полдник	ЛАКОМКА	40	3	3,5	24,8	124,9	
Всего за день:		430	14,3	13,4	66,5	442,2	
Ответственное лицо			38,8	39,8	226,5	1424,5	

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