Согласовано МОУ ДДС 305
Заведующей
МОУ ДДС 305 Тищенковой
Утверждаю 09.10.2026г

Утверждаю: ООО Алеко
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			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 2 Вариант 10						
Завтрак	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	8,1	8,4	6,5	180,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5	0,1	0	7	29
	БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8
Итого за завтрак		361	11,8	12,3	36,4	349,8
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9
	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,3	1,8	12,7	75,1
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150	14,4	13,6	14,7	241,5
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0	0	11,6	46,5
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
Итого за обед		540	21	15,9	66,2	494,6
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50	6,3	8,5	15,1	144,96
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	120	6,3	4,48	28,7	203
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Уплотненный полдник		400	15,8	13,18	73,7	482,06
Всего за день:			49,5	41,58	194	1401,56

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