Согласовано

Заведующий МОУ Детский сад № 274

Нургалеева С.С.

02.11.2026 г.

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
Неделя 3 Вариант 15			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная)	150	6,1	3,4	26,8	163
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,5	0	17,7
Итого за завтрак		365	8,9	5,5	46,9	272,5
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 СОЛЕНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9
	СУП С КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,8	1,8	10,1	64,2
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50	6,3	8,5	15,1	144,96
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,7	4,5	11,5	98,6
	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	150	0,01	0	8	32,1
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
Итого за обед		540	13,81	15,1	63,4	430,56
Уплотненный полдник	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	47,6
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	10,9	15,9	36,5	291,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0	10	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Итого за Уплотненный полдник		407	14,9	21,6	74,2	510,6
Всего за день			38,4	43,0	203,5	1 304,8

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.