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 2 Вариант 8			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ)	160	4,9	2,3	30,1	161,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,5	0	17,7
Итого за завтрак		**405**	**10**	**5,3**	**65,6**	**349,3**
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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,1	2,3	11,7	75,8
	КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ	50	6,7	6,9	9,3	117,7
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,7	4,5	11,5	98,6
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0	0	11,6	46,5
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
Итого за обед		**570**	**16,5**	**14,2**	**75,5**	**490,5**
Уплотненный полдник	ПОМИДОРЫ СОЛЕНЫЕ	40	0,4	0	0,9	5,5
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	10,9	15,9	36,5	291,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5	0,1	0	7	29
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
	НЕЖЕНКА	40	2,6	3,9	22,4	134,5
Итого за Уплотненный полдник		427	**15,5**	**19,9**	**76,2**	**507,6**
Всего за день:			42,8	40,2	236,3	1 438,6

* 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.

Ответственное лицо