Согласовано

заведующая МОУ Детский сад № 180

_____

Утверждаю: ООО Алеко

_____ Ковалева А.В.

_____

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 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 9						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131,0
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
Итого за завтрак		**437**	**13,6**	**8,7**	**67,1**	**400,4**
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Итого за 2 завтрак		**200**	**1,0**	**0,2**	**19,6**	**83,4**
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1,3	3,0	6,6	59,8
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180/10	1,7	5,1	9,2	95,5
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19,6	11,4	16,9	243,0
	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	180	0,01	0,0	9,6	38,5
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118,4
Итого за обед		**680**	**29,7**	**20,2**	**88,6**	**657,2**
Уплотненный полдник	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3,0	5,5	52,9
	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ	150	10,2	11,9	24,4	245,6
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,2	0,2	23,2	95,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	55	4,1	0,3	26,8	126,3
Итого за Уплотненный полдник		465	15,4	15,4	79,9	520,5
Всего за день:		1782	59,7	44,5	255,2	1661,5

Согласно СанПиН 2.3/2.4.1282-26 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

шеф-пов Томашевская Е.М