Согласовано

заведующая МОУ Детский сад № 180

С.А. Зверева

Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Зима-Осень

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 День 15						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	190/10	0,1	0,0	9,8	39,4
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за завтрак		**410**	**11,2**	**7,8**	**51,5**	**319,5**
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	50	0,4	0,1	0,9	6,5
	СУП С КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9
	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	180	0,01	0,0	9,6	38,5
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Итого за обед		**650**	**19,7**	**22,5**	**63,9**	**546,0**
Полдник	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	50	3,8	4,9	37,2	208,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,0	2,5	15,6	97,3
Итого за Полдник		**250**	**6,8**	**7,4**	**52,8**	**305,8**
Ужин	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0,0	10,0	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,4	0,3	22,6	106,6
Итого за Ужин		**452**	**33,6**	**36,8**	**62,0**	**718,8**
2 ужин	КЕФИР	180	5,1	4,4	7,0	92,5
Итого за 2 ужин		**180**	**5,1**	**4,4**	**7,0**	**92,5**
Всего за день:			**77,2**	**79,7**	**256,2**	**2 073,8**

Ответственное лицо мед - пто Филиппенко Е.М

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