Согласовано:
Завидующий МОУ Детским садом № 270
Ивву С.А. Шевченко

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 4 Вариант 19 | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 30 | 0,6 | 2,7 | 2,3 | 35,7 |
| | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 130 | 8,1 | 8,4 | 6,5 | 180,3 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 160 | 2,7 | 2,7 | 12,4 | 84,6 |
| | БАТОН | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| Итого за завтрак | | 350 | 13,7 | 14,7 | 36,6 | 379,2 |
| 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 | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| Итого за обед | | 500 | 18,2 | 15,6 | 48 | 407,8 |
| Уплотненный полдник | | | | | | |
| | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 50 | 6,3 | 8,5 | 15,1 | 144,96 |
| | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) | 110 | 5,8 | 6,3 | 26,3 | 191,4 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/10 | 0,1 | 0 | 9,8 | 39,4 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,8 | 0,3 | 25,1 | 118,4 |
| | ПЕЧЕНЬЕ | 20 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,4 |
| Итого за Уплотненный полдник | | 420 | 17,5 | 17,1 | 91,2 | 577,56 |
| Всего за день: | | | 50,3 | 47,6 | 193,5 | 1439,66 |

Ответственное лицо Зотова М.А.

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