Согласовано

КОПИЯ ВЕРНА
ЗАВЕД. МОУ ДС 242
КАЛИНИКОВА Н.В.
01-10-26

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
Итого за завтрак	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6
		350	**13,7**	**14,7**	**36,6**	**379,2**
2 Завтрак						
Итого за 2 завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	180	0,9	0,2	17,7	75,1
		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
Итого за обед	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
		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
Итого за Уплотненный полдник	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4
Всего за день:		**420**	**17,5**	**17,1**	**91,2**	**577,56**
			50,3	**47,6**	**193,5**	**1439,66**

Ответственное лицо _____

* 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.