Согласовано

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 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Неделя 4 Вариант 17 | | | | | | |
| Завтрак | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) | 150 | 2,3 | 6,0 | 23,7 | 163,5 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/10 | 0,1 | 0,0 | 9,8 | 39,4 |
| | БАТОН | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 1,2 | 1,5 | 0 | 17,7 |
| Итого за завтрак | | **365** | **5,1** | **8,1** | **43,8** | **273,0** |
| 2 Завтрак | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,9 | 0,2 | 17,7 | 75,1 |
| Итого за 2 завтрак | | **180** | **0,9** | **0,2** | **17,7** | **75,1** |
| Обед | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 30 | 0,4 | 1,9 | 2,5 | 29,5 |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ | 150 | 4,1 | 4 | 10,4 | 94 |
| | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ | 50/30 | 8,3 | 9,8 | 15,6 | 154,2 |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 110 | 4,1 | 4,4 | 26,3 | 166,1 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ | 150 | 0,01 | 0 | 8 | 32,1 |
| | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| Итого за обед | | **540** | **18,21** | **20,3** | **71,3** | **516,7** |
| Уплотненный полдник | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ | 130/50 | 16,3 | 13,2 | 27,4 | 365,8 |
| | КЕФИР | 180 | 5,1 | 4,4 | 7 | 92,5 |
| | БАТОН | 40 | 3 | 1,2 | 20,6 | 104,8 |
| Итого за Уплотненный полдник | | **400** | **24,4** | **18,8** | **55** | **563,1** |
| Всего за день: | | | **48,6** | **47,4** | **187,8** | **1 427,9** |

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.