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

6.11.2026

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 Вариант 15						
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (манная)	150	6,1	3,4	26,8	163
	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	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	8,9	5,5	46,9	272,5
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	30	0,2	0	0,5	3,9
	СУП С КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,8	1,8	10,1	64,2
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50	6,3	8,5	15,1	144,96
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,7	4,5	11,5	98,6
	ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ	150	0,01	0	8	32,1
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
Итого за обед		540	13,81	15,1	63,4	430,56
Уплотненный полдник	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	47,6
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	10,9	15,9	36,5	291,9
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	0,2	0	10	41,7
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
Итого за Уплотненный полдник		407	14,9	21,6	74,2	510,6
Всего за день			38,4	43,0	203,5	1 304,8

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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.

Отдельно меню приема пищи