

Согласовано

Ирина Александровна
Ирина Александровна
Ирина Александровна

Утверждено: ООО Алёко

Ирина Александровна
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Неделя 3 Вариант 14	Завтрак					
		Икра кабачковая консервированная	50	1,0	4,5	3,9
		Омлет натуральный	150	15,3	18,9	2,9
		Чай с сахаром	190/10	0,1	0,0	9,8
		Батон	20	1,5	0,6	10,3
	Итого за завтрак	420	17,9	24,0	26,9	400,7
2. Завтрак	Итого за 2 завтрак	Сок яблочно-абрикосовый	200	1,0	0,2	19,6
			200	1,0	0,2	19,6
Обед		Помидоры свежие	50	0,6	0,1	1,9
		Борщ с капустой и картофелем на мясо-костном бульоне	180	2,0	3,7	8,8
		Голубцы ленивые	140/30	12,8	12,3	12,0
		Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	20,9
		Хлеб пеклеваный	50	3,3	0,4	21,2
Итого за обед		Хлеб пшеничный	40	3,1	0,2	20,1
			670	21,9	16,7	84,2
Уплотненный полдник		Фрикадельки в соусе	70/30	11,5	13,1	8,3
		Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,6	5,0	36,0
		Компот из сушеных фруктов	180	0,0	0,0	14,0
		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,3	25,1
		Неженка	40	2,6	3,9	22,4
Итого за Уплотненный полдник			520	23,5	22,3	105,8
		Всего за день:		64,3	63,2	236,5
		Ответственное лицо				1 798,6

* 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.