

СОГЛАСОВАНО



Утверждаю: ООО Алеко

Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Лето-Весна

для детей дошкольного возраста 1-3 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 4 Вариант 20								
	Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ	150	3,2	2,7	17,1	104,8	
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,4	1,9	12,2	76,1	
		БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	30/5/20	2,3	3,7	27,4	156,7	
	Итого за завтрак		365	7,9	8,3	56,7	337,6	
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19	91,2		
Обед		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7	
		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	1,5	3	7,1	62,4	
		КОТЛЕТЫ С КРУПКОЙ	50	6,7	6,9	9,3	117,7	
		МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	4,1	4,4	26,3	166,1	
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	0,1	0	21,1	84,8	
		ХЛЕБ ПЕКИВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7	46	
	Итого за обед		530	15,8	17,3	84,3	553,5	
	Уплотненный полдник		ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	40	0,44	0,08	1,52	9,6
			ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАНЫМ	100/30	8,5	9,7	15,9	201,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	
		ЛАКОМКА	40	3	3,5	24,8	124,9	
Итого за Уплотненный полдник		420	13	13,3	56,4	413,5		
Всего за день:			37,5	39,7	216,4	1395,8		
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 приема пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.