



Согласовано
Д.С. Меньшова
Заведующий отделом
10.08.2015



Утверждено: 000 Алёко
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			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 Вариант 4							
	Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ)	150	5,5	2,6	28	158
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3,5	0,1	0	7	29
		БАТОН	50	3,8	1,5	25,7	131
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,5	0	17,7
Итого за завтрак		365	10,6	5,6	60,7	335,7	
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 С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	150	2,3	1,9	12,1	74,2
		ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ	50/30	6,6	7,8	15,2	143,9
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	120	3,1	3,1	31,8	171,1
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0	0	11,6	46,5	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	
Итого за обед		590	16,8	15,1	101,8	600,7	
Уплотненный полдник							
		КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	6,1	8	8,1	109,6
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	3,9	18,5	124,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,1	0	9,8	39,4
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	94,7
Итого за Уплотненный полдник		410	12	12,2	56,4	367,6	
Всего за День:			40,3	33,1	236,6	1379,1	
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.