

ФОРМИРОВАНИЕ МЕНЮ В ДЕТСКИХ САДАХ

Меню в детских садах формируется по правилам:

- ✓ Разрабатывается на две недели и больше и утверждается руководителем организации
- ✓ Составляется с учетом энергетической потребности детей по установленному набору продуктов
- ✓ Содержание белков должно обеспечивать 12-15% от калорийности рациона, жиров 30-32% и углеводов 55-58%



Примерным меню должно быть предусмотрено ежедневное использование в питании детей:



молока, кисломолочных напитков, мяса (или рыбы), картофеля, овощей, фруктов, хлеба, круп, сливочного и растительного масла, сахара, соли.

Остальные продукты (творог, сметана, яйца, сыр, яйцо, соки и др.) включаются 2-3 раза в неделю.

Движение запрещено

ПАС
ЗДО

Количество приемов пищи зависит от времени пребывания детей в детском саду.

8-10 часов	3-4 раза	11-12 часов	4-5 раз
13-24 часа	5-6-разовое питание		

Родителей информируют об ассортименте питания ребенка, вывешивая ежедневное меню в каждой групповой ячейке.

В меню указывается наименование блюда и объем порции, а также замены блюд для детей с пищевыми аллергиями и сахарным диабетом

Детские сады при наличии медицинского заключения обязаны обеспечивать питание детей, страдающих аллергическими заболеваниями, пищевой непереносимостью отдельных видов продуктов, сахарным диабетом

Для организации индивидуального питания (по медицинским показаниям) необходимо направить заявление на имя руководителя образовательной организации в соответствии с медицинским заключением

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЕнь 5

ИНФОРМАЦИЯ

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

от 3-х до 7-ми лет

ДЕНЬ 4

Пример пищи	Наименование блюда	Выход блюда
		200
ЗАВТРАК	Каша овсяная	90
ЗАВТРАК	Ватрушка с мясом (12 парочек)	200
ЗАВТРАК	Каша с яблоком (12 парочек)	90
ЗАВТРАК	Молочный фреш	90
ЗАВТРАК 2	Яйцо вареное со сметаной	90
ОБЕД	Суп картофельный с фаршем (12 парочек)	200
ОБЕД	Салат из овощей со сметаной	90
ОБЕД	Котлеты из фарша со сметаной (12 парочек)	90
ОБЕД	Пюре картофельное	90
ОБЕД	Салат овощной	90
ОБЕД	Суп гороховый	200
ОБЕД	Суп куриный	200
ОБЕД	Хлеб мякиш	120
ОБЕД	Хлеб зерновой	90
ОБЕД	Хлеб белый	90
ОБЕД	Фрукты свежие	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Молоко стевенское	200
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Сыр (2 парочки 12 парочек)	200
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб белый	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб зерновой	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб белый	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб зерновой	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб белый	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб зерновой	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб белый	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб зерновой	90



ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

от 3-х до 7-ми лет

ДЕНЬ 5

Пример пищи	Наименование блюда	Выход блюда
		200
ЗАВТРАК	Каша овсяная	90
ЗАВТРАК	Ватрушка с мясом (12 парочек)	200
ЗАВТРАК	Каша с яблоком (12 парочек)	90
ЗАВТРАК	Молочный фреш	90
ЗАВТРАК 2	Яйцо вареное со сметаной	90
ОБЕД	Суп картофельный с фаршем (12 парочек)	200
ОБЕД	Салат из овощей со сметаной	90
ОБЕД	Котлеты из фарша со сметаной (12 парочек)	90
ОБЕД	Пюре картофельное	90
ОБЕД	Салат овощной	90
ОБЕД	Суп гороховый	200
ОБЕД	Суп куриный	200
ОБЕД	Хлеб мякиш	120
ОБЕД	Хлеб зерновой	90
ОБЕД	Хлеб белый	90
ОБЕД	Фрукты свежие	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Молоко стевенское	200
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Сыр (2 парочки 12 парочек)	200
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб белый	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб зерновой	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб белый	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб зерновой	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб белый	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб зерновой	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб белый	90
УЗЛОТНУТАЯ ПОЩА	Хлеб зерновой	90