



Утверждаю:
Заведующий МДОАУ № 20
Т.В. Маликова

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ
для детей с 10,5 часовым пребыванием
период весна - лето на 2024 – 2027 год
в МДОАУ город Новотроицк

Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах
в МДОАУ с 10,5 часовым пребыванием.

25% -завтрак + 35% обед + 15%- полдник = 75 % от общего рациона.

Весна - лето

Дни недели	Белки, гр		Жиры, гр		Углеводы,гр		Энергия (ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
понедельник	38	51	32	43	149	189	1070	1377
вторник	32	40	39	48	151	192	1007	1277
среда	33	40	35	44	155	193	1052	1290
четверг	32	41	34	43	150	186	1050	1301
пятница	31	41	35	44	148	194	1041	1402
понедельник	31	38	35	46	138	173	1057	1316
вторник	34	43	32	41	145	182	1033	1294
среда	31	41	36	47	139	179	1036	1310
четверг	31	39	31	38	156	185	1033	1239
пятница	31	39	36	44	162	197	1087	1342
Итого за 10 дней	324	413	345	438	1493	1870	10466	13148
Среднее	32	41	34	44	149	187	1047	1315
Норма	31	40	35	45	152	195	1050	1350
Итого в %	103%	103%	97%	98%	98%	96%	100%	97%