



Утверждаю:

Заведующий МДОАУ «Детский сад № 29»

Г.В.Бережок

### **ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ**

для детей с 10,5 часовым пребыванием  
период весна – лето, осень-зима на 2024 – 2027 год  
в МДОАУ «Детский сад № 29» 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
<b>Среднее</b>	<b>32</b>	<b>41</b>	<b>34</b>	<b>44</b>	<b>149</b>	<b>187</b>	<b>1047</b>	<b>1315</b>
<b>Норма</b>	<b>31</b>	<b>40</b>	<b>35</b>	<b>45</b>	<b>152</b>	<b>195</b>	<b>1050</b>	<b>1350</b>
<b>Итого в %</b>	<b>103%</b>	<b>103%</b>	<b>97%</b>	<b>98%</b>	<b>98%</b>	<b>96%</b>	<b>100%</b>	<b>97%</b>

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.

**Осень - зима**

Дни недели	Белки, гр		Жиры, гр		Углеводы,гр		Энергия ( ккал)	
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
понедельник	38	51	33	45	150	191	1089	1410
вторник	32	39	37	45	147	185	1007	1277
среда	33	41	39	50	156	194	1086	1345
четверг	32	41	34	43	150	186	1050	1301
пятница	31	42	34	43	147	193	1040	1401
понедельник	31	38	35	46	141	178	1063	1326
вторник	34	43	33	42	145	182	1039	1304
среда	31	40	35	46	143	185	1045	1325
четверг	33	41	34	44	157	187	1070	1303
пятница	31	39	35	43	161	195	1076	1324
Итого за 10 дней	326	415	349	447	1497	1876	10565	13316
<b>Среднее</b>	<b>32</b>	<b>41</b>	<b>35</b>	<b>45</b>	<b>150</b>	<b>188</b>	<b>1056</b>	<b>1332</b>
<b>Норма</b>	<b>31</b>	<b>40</b>	<b>35</b>	<b>45</b>	<b>152</b>	<b>195</b>	<b>1050</b>	<b>1350</b>
<b>Итого в %</b>	<b>103%</b>	<b>102%</b>	<b>100%</b>	<b>100%</b>	<b>98%</b>	<b>0%</b>	<b>100%</b>	<b>99%</b>

Прошнуровано и скреплено печатью  
Заведующий МДОУ «Детский сад № 29»  
Г. В. Бережок

