

Утверждаю:

Следующий МБДОУ ДС № 40



Чиквинцева
апрель

Н.В.Чиквинцева

2024 г.

ОСНОВНОЕ
5-дневное перспективное меню
для организации питания детей
в возрасте от 6 мес. до 1 года

1 день

№	Наименование блюда	Масса порции по группам	
		6-9 мес	9-12 мес
Завтрак			
1	Каша рисовая молочная	170	200
2	Масло сливочное	2	3
3	Яичный желток	0,25	0,5
4	Компот из свежих фруктов	80	100
5	Хлеб	-	5
	Итого:	252,25	308,5
10:00 Второй завтрак			
1	Фруктовое пюре	80	100
	Итого:	80	100
Обед			
1	Овощное пюре	150	200
2	Мясное пюре	30	50
3	Раст.масло	3	5
4	Компот из сухофруктов	80	100
5	Хлеб	-	5
	Итого:	263	360
Полдник			
1	Молоко	170	200
2	Печенье	5	10
	Итого:	175	210
Ужин			
1	Каша молочная гречневая	160	200
2	Масло сливочное	2	3
	Итого:	162	203
	Итого за весь день:	932,25	1181,5

2 день

№	Наименование блюда	Масса порции по группам	
		6-9 мес	9-12 мес
Завтрак			
1	Каша кукурузная молочная	170	200
2	Масло сливочное	2	3
3	Компот из сухофруктов	80	100
4	Хлеб	-	5
	Итого:	252	308
10:00 Второй завтрак			
1	Сок фруктовый	80	100
	Итого:	80	100
Обед			
1	Овощное пюре	150	200
2	Мясное пюре (курица)	30	50
3	Раст.масло	3	5
4	Компот из свежих фруктов	80	100
5	Хлеб	-	5
	Итого:	263	360
Полдник			
1	Молоко	160	200
2	Печенье	5	10
	Итого:	165	210
Ужин			
1	Каша молочная рисовая	170	200
2	Масло сливочное	2	3
3	Компот из свежих фруктов	80	100
	Итого:	252	303
	Итого за весь день:	1012	1281

3 день

№	Наименование блюда	Масса порции по группам	
		6-9 мес	9-12 мес
Завтрак			
1	Каша молочная гречневая	170	200
2	Масло сливочное	2	3
3	Компот из свежих фруктов	80	100
4	Хлеб	-	5
	Итого:	252	308
10:00 Второй завтрак			
1	Фруктовое пюре	80	100
2	Творог	30	50
	Итого:	110	150
Обед			
1	Овощное пюре	150	200
2	Рыбное пюре	-	50
3	Раст.масло	3	5
4	Мясное пюре	30	-
5	Компот из сухофруктов	80	100
6	Хлеб	-	5
	Итого:	263	360
Полдник			
1	Молоко	160	200
2	Печенье	5	10
	Итого:	165	210
Ужин			
1	Каша молочная геркулесовая	170	200
2	Масло сливочное	2	3
3	Компот из свежих фруктов	80	100
	Итого:	252	303
	Итого за весь день:	1042	1331

4 день

		4 день	
№	Наименование блюда	Масса порции по группам	
		6-9 мес	9-12 мес
Завтрак			
1	Каша молочная пшеничная	170	200
2	Масло сливочное	3	5
3	Компот из свежих фруктов	80	100
4	Хлеб	-	5
	Итого:	253	310
10:00 Второй завтрак			
1	Сок фруктовый	80	100
	Итого:	80	100
Обед			
1	Овощное пюре	180	200
2	Мясное пюре	30	50
3	Раст.масло	3	5
4	Компот из сухофруктов	80	100
5	Хлеб	-	5
	Итого:	293	360
Полдник			
1	Молоко	160	200
2	Печенье	5	10
	Итого:	165	210
Ужин			
1	Каша молочная гречневая	170	200
2	Масло сливочное	3	5
3	Компот из свежих фруктов	80	100
	Итого:	253	305
	Итого за весь день:	1044	1285

5 день

№	Наименование блюда	Масса порции по группам	
		6-9 мес	9-12 мес
Завтрак			
1	Каша молочная геркулесовая	170	-
2	Каша молочная пшенная	-	200
2	Масло сливочное	3	5
3	Компот из свежих фруктов	80	100
4	Хлеб	-	5
	Итого:	253	310
10:00 Второй завтрак			
1	Пюре фруктовое	80	100
	Итого:	80	100
Обед			
1	Овощное пюре	180	200
2	Мясное пюре (курица)	30	50
3	Раст.масло	3	5
4	Компот из свежих фруктов	80	100
5	Хлеб	-	5
	Итого:	293	360
Полдник			
1	Молоко	160	0
2	Кефир	0	200
3	Печенье	5	15
	Итого:	165	215
Ужин			
1	Каша молочная кукурузная	170	200
2	Масло сливочное	3	5
3	Компот из сухофруктов	80	100
	Итого:	253	305
	Итого за весь день:	1044	1290