

224 г, обеспечивает 53,6% от калорийности (дети от 1,5 до 3 лет); белков 68 г, обеспечивает 14,2% от калорийности, жиров 64г, обеспечивает 30,0 - 30,2% от калорийности, и углеводов 262-263 г, обеспечивает 54,6-55,1 % от калорийности (дети от 3 до 7 лет), что не противоречит требованиям п. 15.3 СанПиН 2.4.1.3049-13.

При составлении примерного меню учитывалось распределение энергетической ценности (калорийности) суточного рациона по отдельным приемам пищи в соответствии с требованиями п. 15.4, таблицы 4 СанПиН 2.4.1.3049-13.

В представленном меню не отмечается повторение одних и тех же кулинарных изделий в один и тот же день или последующие два дня. Такие продукты, как молоко, картофель, овощи, фрукты, хлеба, крупы, сливочное и растительное масла включаются в меню практически ежедневно, рыба, яйцо, сыр, творог, сметана – 2-3 раза в неделю, что соответствует требованиям п. 15.7 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Питание детей по представленному меню соответствует принципам щадящего питания, предусматривающего использование определённых способов приготовления блюд, таких как варка, приготовление на пару, тушение, запекание (котлета, тефтели, капуста тушёная, рыба с овощами и др.). Продукты с раздражающими свойствами в меню не прослеживаются. Завтрак состоит из горячего блюда (разнообразные каши), бутерброда и горячего напитка. Обед включает в себя закуску (салат, овощи порционно), первое блюдо (суп), второе (гарнир и блюдо из мяса, рыбы или птицы), напиток (компот или кисель). Полдник включает напиток (молоко, кисломолочные напитки, соки, чай) с булочными или кондитерскими изделиями без крема. Ужин включает рыбные, мясные, овощные и творожные блюда, салаты, и горячие напитки. Суммарные объемы блюд по приемам пищи соответствуют требованиям приложения 13 СанПиН 2.4.1.3049-13.

Продукты и блюда, которые не допускаются для реализации в дошкольных образовательных организациях, в представленном меню отсутствуют, что соответствует приложению №9 СанПиН 2.4.4.3155-13.