

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Казимировская школа имени Героя Советского Союза М.А. Егоровая»

**Примерное 10-ти дневное меню для организации питания детей в дошкольной группе**  
2024/2025 учебный год

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дети, посещающие дошкольные образовательные учреждения, основную часть суточного рациона питания получают именно в ДОУ, поэтому организация питания должна предусматривать обеспечение детей большей частью необходимых им энергии и пищевых веществ.

Настоящее примерное десятидневное меню разработано на основе  
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ  
ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ"

- Сборника технических нормативов «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях» п/р М.П. Могильного и В.А. Тугельяна М.: ДеЛипринт, 2010. – 628 с.

**В примерном меню учтено рекомендуемое распределение калорийности между приемами пищи**

Для детей с круглосуточным пребыванием	Для детей с дневным пребыванием 8-10 час.	Для детей с дневным пребыванием 12 час.
Завтрак (20-25%) 2 завтрак (5%) Обед (30-35%) Полдник (10-15%) Ужин (20-25%) 2 ужин - (до 5%) - дополнительный прием пищи перед сном - кисломолочный напиток с булочным или мучным кулинарным изделием	завтрак (20-25%) 2 завтрак (5%) обед (30-35%) полдник (10-15%)	завтрак (20-25%) 2 завтрак (5%) обед (30-35%) Полдник (10-15%)* / или уплотненный полдник (30-35%) Ужин (20-25%)*
		* вместо полдника и ужина возможна организация уплотненного полдника (30-35%)

**и суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах):**

Возраст детей	Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
от 1 года до 3-х лет	350-450	450-550	200-250	400-500
от 3-х до 7-ми лет	400-550	600-800	250-350	450-600

Утверждено  
Директор школы  
С.М. Антоенкова  
Приказ № 100 от 28.08.2024





















