



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ № 35  
С. Ачан

*С.Г. Киле*  
03 октября 2022 г.

**Меню приготавливаемых блюд  
на 03 октября 2022г.**

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг.цен. (ккал)	№ рецеп-туры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя I День 4							
завтрак 8.30	1. Каша рисовая на молоке	150	6,04	5,26	21,17	155,2	167
	2. Чай с лимоном	150	0,05	0,01	11,17	44,97	383
	3. Бутерброд с маслом и сыром	45/5/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492
Итого за завтрак:		<b>355</b>	<b>11,92</b>	<b>10,86</b>	<b>43,72</b>	<b>382,24</b>	
2-й завтрак 10.30	Сок абрикосовый	<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0,1</b>	<b>1,9</b>	<b>12,5</b>	407
Обед 12.00	1. Салат из свеклы и черносливом	30	0,21	1,65	5,11	33,04	37
	2. Рассольник ленинградский	150	3,29	6,03	12,12	94,75	64
	3. Картофельное пюре	110	1,45	5,93	17,94	128,01	317
	4. Котлета рыбная с маслом	50	8,9	4,09	17,98	136,19	226
	5. Кисель из конц. ягод суш.	150	0,06	0	19,35	77,66	394
	6. Хлеб ржаной	30	0,68	0,01	4,48	21,86	
Итого за обед:		<b>520</b>	<b>14,59</b>	<b>17,71</b>	<b>76,98</b>	<b>491,51</b>	
Полдник 15.30	1. Печенье "Топленое молоко"	9	0,63	1,98	12,2	39,61	
	2. молоко	150	3,36	4,2	7,05	79,14	405
	3. Фрукты	100	0	0,4	10,4	45	90
Итого за полдник:		<b>259</b>	<b>3,99</b>	<b>6,58</b>	<b>29,65</b>	<b>163,75</b>	
<b>Итого за четвертый день:</b>			<b>31,50</b>	<b>35,25</b>	<b>152,25</b>	<b>1050,00</b>	



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующий МБДОУ № 35  
с. Ачан

*С.Г. Киле* С.Г. Киле  
п. 03 октября 2022 г.

**Меню приготавливаемых блюд  
на 03 октября 2022г.**

Возрастная категория: от 3 до 6/7 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг.цен. (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 4							
завтрак 8.30	1. Каша рисовая на молоке	200	7,65	7,02	41,55	207,04	167
	2. Чай с лимоном	180	0,06	0,01	13,4	53,96	383
	3. Бутерброд с маслом и сыром	60/5/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492
Итого за завтрак:		<b>450</b>	<b>15,38</b>	<b>14,14</b>	<b>69,44</b>	<b>492,73</b>	
2-й завтрак 10.30	Сок абрикосовый	<b>150</b>	<b>1,5</b>	<b>0,15</b>	<b>2,85</b>	<b>18,75</b>	407
Обед 12.00	1. Салат из свеклы и черносливом	50	0,35	2,75	8,52	55,07	37
	2. Рассольник ленинградский	180	3,95	7,12	15,74	116,71	64
	3. Картофельное пюре	130	1,72	7	19,64	153,13	317
	4. Котлета рыбная с маслом	70	11,59	5,92	16,64	168,68	226
	5. Кисель из конц. ягод суш.	180	0,07	0	23,22	93,19	394
	6. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		<b>647,5</b>	<b>18,53</b>	<b>22,8</b>	<b>89,36</b>	<b>614,1</b>	
Полдник 15.30	1. Печенье "Топленое молоко"	15	1,05	2,47	15,24	66,02	
	2. молоко	180	4,04	5,04	8,46	113,4	405
	3. Фрукты	100		0,4	10,4	45	90
Итого за полдник:		<b>295</b>	<b>5,09</b>	<b>7,91</b>	<b>34,10</b>	<b>224,42</b>	
Итого за четвертый день:			<b>40,50</b>	<b>45,00</b>	<b>195,75</b>	<b>1350,00</b>	