

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ № 35
С. Ачан

С.Г. Киле
"17" октября 2022 г.



**Меню приготавливаемых блюд
на 17 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:		450	15,38	14,14	69,44	492,73	
2-й завтрак 10.30	Сок абрикосовый	150	1,5	0,15	2,85	18,75	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:		647,5	18,53	22,8	89,36	614,1	
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:		295	5,09	7,91	34,10	224,42	
Итого за четвертый день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	