



Приложение № 8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБДОУ № 35

с. Ачан

*С.Г. Киле*  
"18" октября 2022 г.

**Меню приготавливаемых блюд  
18 октября 2022г.**

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг.цен. (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 5							
завтрак 8.30	1. Пудинг из творога с рисом	150	8,72	2,52	23,3	187,7	200
	2. Чай с молоком	150	0,98	0,01	11,82	48,29	384
	3. Бутерброд с сыром и маслом	45/5/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492
Итого за завтрак:		<b>355</b>	<b>15,53</b>	<b>8,12</b>	<b>46,5</b>	<b>418,06</b>	
2-й завтрак 10.30	Сок яблочный	<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 свежих огурцов и помидоров	30	0	0,32	0,92	17,31	14
	2. Борщ с капустой, картофелем	150	1,07	1,56	4,68	53,72	62
	3. Макаронник	160	8,34	21,28	68,61	382,32	185
	4. Компот из плодов или сушеных ягод	150	0,1	0	10,93	45,29	403
	5. Хлеб ржаной	30	0,68	0,01	4,48	21,86	
Итого за обед:		<b>520</b>	<b>10,19</b>	<b>23,17</b>	<b>89,62</b>	<b>520,5</b>	
Полдник 15.30	1. Кефир	150	4,24	3,28	6,13	67,44	405
	2. Пряники	9	0,54	0,58	8,1	31,5	
Итого за полдник:		<b>159</b>	<b>4,78</b>	<b>3,86</b>	<b>14,23</b>	<b>98,94</b>	
Итого за пятый день:			<b>31,50</b>	<b>35,25</b>	<b>152,25</b>	<b>1050,00</b>	

