



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с.Ачан
С.Г. Киле
"27" декабря 2022 г.

Меню приготавливаемых блюд

27 декабря 2022 г.

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 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:		355	11,92	10,86	43,72	382,24	
2-й завтрак 10.30	Сок абрикосовый	100	1	0,1	1,9	12,5	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:		520	14,59	17,71	76,98	491,51	
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:		259	3,99	6,58	29,65	163,75	
Итого за четвертый день:			31,50	35,25	152,25	1050,00	

Приложение № 8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ № 35

с.Ачан

 С.Г. Киле

"27" декабря 2022 г.

Меню приготавливаемых блюд

27 декабря 2022г.

Возрастная категория: от 3 до 6/7 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг.цен. (ккал)	№ рецеп-туры
			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	