

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с. Ачан

С.Г. Киле
"22" ноября 2022г.

Меню приготавливаемых блюд

22 ноября 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 9 | | | | | | | |
| завтрак 8.30 | 1. Каша пшениная молочная | 150 | 4,45 | 4,01 | 23,17 | 139,02 | 165 |
| | 2. Кофейный напиток на сгущенном молоке | 150 | 1,5 | 1,04 | 19,23 | 92,35 | 390 |
| | 3. Бутерброд с маслом и сыром | 45/5/5 | 5,83 | 5,59 | 11,38 | 182,07 | 492 |
| Итого за завтрак: | | 355 | 11,78 | 10,64 | 53,78 | 413,44 | |
| 2-й завтрак 10.30 | Сок Волшебная сказка | 100 | 0,1 | 0 | 1,9 | 40 | 407 |
| Обед 12.00 | 1. С-т из св. огурцов и помидоров | 30 | 0,29 | 1,38 | 0,92 | 17,31 | 14 |
| | 2. Суп овощной | 150 | 1,78 | 3,71 | 8,43 | 68,2 | 66 |
| | 3. Рис припущенный | 110 | 3,39 | 4,46 | 29,08 | 128,58 | 304 |
| | 4. Котлета мясная с маслом | 50 | 9,52 | 7,27 | 17,28 | 144,43 | 255 |
| | 5. Кисель из концентр. ягод суш. | 150 | 0,06 | 0 | 19,35 | 91,14 | 394 |
| | 6. Хлеб ржаной | 30 | 0,68 | 0,01 | 4,48 | 21,86 | |
| Итого за обед: | | 520 | 15,72 | 16,83 | 79,54 | 471,52 | |
| Полдник 15.30 | 1. Пряник шоколадный | 9 | 0,54 | 3,58 | 9,98 | 45,9 | |
| | 2. Молоко | 150 | 3,36 | 4,2 | 7,05 | 79,14 | 405 |
| Итого за полдник: | | 159 | 3,90 | 7,78 | 17,03 | 125,04 | |
| Итого за девятый день: | | | 31,50 | 35,25 | 152,25 | 1050,00 | |



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с. Ачан

С.Г. Киле С.Г. Киле

"22" ноября 2022 г.

Меню приготавливаемых блюд

22 ноября 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 9 | | | | | | | |
| завтрак 8.30 | 1. Каша пшеничная молочная | 200 | 5,64 | 5,33 | 30,89 | 192,97 | 165 |
| | 2. Кофейный напиток на сгущённом молоке | 180 | 1,8 | 1,25 | 26,28 | 110,82 | 390 |
| | 3. Бутерброд с маслом и сыром | 60/5/5 | 7,67 | 7,11 | 14,49 | 231,73 | 492 |
| Итого за завтрак: | | 450 | 15,11 | 13,69 | 71,66 | 535,52 | |
| 2-й завтрак 10.30 | Сок Волшебная сказка | 150 | 1,5 | 0 | 2,85 | 60 | 407 |
| Обед 12.00 | 1. С-г из свежих огурцов и помидоров | 50 | 0,48 | 2,31 | 1,54 | 28,85 | 14 |
| | 2. Суп овощной | 180 | 2,11 | 4,45 | 10,12 | 81,87 | 66 |
| | 3. Рис припущенный | 130 | 4,01 | 5,36 | 34,91 | 166,36 | 304 |
| | 4. Котлета мясная с маслом | 70 | 11,43 | 8,17 | 20,84 | 185,39 | 255 |
| | 5. Кисель из концентрат. 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 | 18,95 | 20,3 | 96,23 | 582,98 | |
| Полдник 15.30 | 1. Пряник шоколадный | 15 | 0,9 | 5,97 | 16,61 | 76,5 | |
| | 2. Молоко лазовское | 180 | 4,04 | 5,04 | 8,4 | 95 | 405 |
| Итого за полдник: | | 195 | 4,94 | 11,01 | 25,01 | 171,50 | |
| Итого за девятый день: | | | 40,50 | 45,00 | 195,75 | 1350,00 | |