



Приложение № 8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ № 35

с.Ачан

С.Г. Киле

"20" февраля 2023 г.



**Меню приготавливаемых блюд**

20 февраля 2023 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 1							
завтрак 8.30	1. Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	10,52	3,82	39,65	214,36	195
	2. Чай с сахаром	150	0,09	0,00	11,58	46,68	381
	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>16,44</b>	<b>9,41</b>	<b>62,61</b>	<b>443,11</b>	
2-й завтрак 10.30	Сок абрикосовый	100	0,5	0	12,7	55	408
Обед 12.00	1. Винегрет	30	0,38	2,75	2,08	26,55	50
	2. Суп картофельный с бобовыми	150	3,23	4,55	19,66	98,46	67
	3. Макароны изделия отварные	110	2,61	3,26	14,09	85,31	306
	4. Гуляш из говядины	50	3,47	9,86	1,59	116,43	246
	5. Компот	150	0,16	0,1	10,93	45,29	403
	6. Хлеб ржаной	30	0,68	0,01	4,48	21,86	
Итого за обед:		<b>520</b>	<b>10,53</b>	<b>20,53</b>	<b>52,83</b>	<b>393,9</b>	
Полдник 15.30	1. Молоко "Лазовское"	150	3,36	4,2	7,05	79,14	405
	2. Печенье "зоологическое"	9	0,67	0,71	6,66	33,85	
	3. Фрукты	100	0	0,4	10,4	45	90
Итого за полдник:		<b>259</b>	<b>4,03</b>	<b>5,31</b>	<b>24,11</b>	<b>157,99</b>	
Итого за первый день:			31,50	35,25	152,25	1050,00	