

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с. Ачан

С.Г. Киле
"30" мая 2023 г.

Меню приготавливаемых блюд

30 мая 2023 г.

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 5							
завтрак 8.30	1. Пудинг из творога с рисом	200	11,63	3,36	31,07	250,26	200
	2. Чай с молоком	180	1,18	0,01	14,18	57,97	384
	3. Бутерброд с сыром и маслом	60/5/5	7,67	7,11	14,49	206,41	492
Итого за завтрак:		450	20,48	10,48	59,74	514,64	
2-й завтрак 10.30	Сок яблочный	150	1,5	0,15	2,85	18,75	407
Обед 12.00	1. Салат из свежих огурцов и помидоров	50	0	0,53	1,53	28,85	14
	2. Борщ с капустой, картофелем	180	1,28	1,88	5,62	71,88	62
	3. Макаронник	200	12,63	27,94	90,94	496,65	185
	4. Компот из плодов или сушеных ягод	180	0,12	0	13,11	54,35	403
	5. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		647,5	14,88	30,36	116,8	679,05	
Полдник 15.30	1. Кефир	180	2,74	3,04	7,36	85,06	405
	2. Пряники	15	0,9	0,97	9	52,5	
Итого за полдник:		195	3,64	4,01	16,36	137,56	
Итого за пятый день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с. Ачан

С.Г. Киле
"30" мая 2023 г.

Меню приготавливаемых блюд

30 мая 2023 г.

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 5							
завтрак 8.30	1. Пудинг из творога с рисом	200	11,63	3,36	31,07	250,26	200
	2. Чай с молоком	180	1,18	0,01	14,18	57,97	384
	3. Бутерброд с сыром и маслом	60/5/5	7,67	7,11	14,49	206,41	492
Итого за завтрак:		450	20,48	10,48	59,74	514,64	
2-й завтрак 10.30	Сок яблочный	150	1,5	0,15	2,85	18,75	407
Обед 12.00	1. Салат из свежих огурцов и помидоров	50	0	0,53	1,53	28,85	14
	2. Борщ с капустой, картофелем	180	1,28	1,88	5,62	71,88	62
	3. Макаронник	200	12,63	27,94	90,94	496,65	185
	4. Компот из плодов или сушеных ягод	180	0,12	0	13,11	54,35	403
	5. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		647,5	14,88	30,36	116,8	679,05	
Полдник 15.30	1. Кефир	180	2,74	3,04	7,36	85,06	405
	2. Пряники	15	0,9	0,97	9	52,5	
Итого за полдник:		195	3,64	4,01	16,36	137,56	
Итого за пятый день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	