

Приложение № 8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
С.Ачан

 С.Г. Киле  
"18 " августа 2023 г.



**Меню приготавливаемых блюд**  
18 августа 2023 г.

Возрастная категория: от 3 до 6/7 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг.цен. (ккал)	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 2							
завтрак 8.30	1. Каша молочная "Дружба"	200	3,26	4,03	23,88	212,75	155
	2. Какао с молоком	180	2,55	0,63	27,46	135,78	388
	3. Бутерброд с маслом и сыром	60/5/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492
Итого за завтрак:		<b>450</b>	<b>13,48</b>	<b>11,77</b>	<b>65,83</b>	<b>580,26</b>	
2-й завтрак 10.30	Сок яблочный	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69</b>	408
Обед 12.00	1. Салат овощной с зелёным горошком	50	0,83	3,21	4	62,2	46
	2. Щи из свежей капусты с картофелем	180	2,47	6,01	4,73	96,19	82/256
	3. Плов	200	15,94	18,82	19,79	314,68	258
	4. Компот из плодов или суш.ягод	180	0,19	0,12	13,11	54,35	403
	5. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		<b>647,5</b>	<b>20,28</b>	<b>28,17</b>	<b>47,23</b>	<b>554,74</b>	
Полдник 15.30	1. Пряники	15	0,9	0,97	60,18	65,04	405
	2. Кефир	180	5,09	3,94	7,36	80,96	
Итого за полдник:		<b>195</b>	<b>5,99</b>	<b>4,91</b>	<b>67,54</b>	<b>146,00</b>	
Итого за второй 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*  
"18" августа 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд**  
18 августа 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 3							
завтрак 8.30	1. Запеканка манная с изюмом	150	6,62	7,15	55,75	300,38	173
	2. Чай с сахаром	150	0,09	0	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>12,54</b>	<b>12,74</b>	<b>78,71</b>	<b>529,13</b>	
2-й завтрак 10.30	Сок апельсиновый	<b>100</b>	<b>0,7</b>	<b>0,1</b>	<b>13,2</b>	<b>60</b>	407
Обед 12.00	1. Салат из свежих огурцов	30	0,21	2,17	0,68	28,11	12
	2. Суп картофельный с макаронными изделиями	150	2,13	1,11	4,46	43,29	70
	3. Котлета мясная с маслом	50	7,59	7,71	11,32	115,79	255
	4. Овощное рагу	110	1,79	6,62	15,68	99,2	91
	5. Компот из плодов или сушеных ягод	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>12,56</b>	<b>17,72</b>	<b>47,55</b>	<b>353,54</b>	
Полдник 15.30	1. Варенец	150	4,8	2,53	6,13	70,7	405
	2. Печенье	9	0,9	2,16	6,66	36,63	
Итого за полдник:		<b>159</b>	<b>5,70</b>	<b>4,69</b>	<b>12,79</b>	<b>107,33</b>	
Итого за третий день:			<b>31,50</b>	<b>35,25</b>	<b>152,25</b>	<b>1050,00</b>	