

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с. Ачан

 С.Г. Киле
"21" августа 2023 г.

Меню приготавливаемых блюд
21 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 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
"21" августа 2023 г.

Меню приготавливаемых блюд
21 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 3							
завтрак 8.30	1. Запеканка манная с изюмом	200	8,86	9,5	71,21	321,45	173
	2. Чай с сахаром	180	0,1		13,89	56,01	381
	3. Бутерброд с маслом и сыром	60/5/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492
Итого за завтрак:		450	16,63	16,61	99,59	609,19	
2-й завтрак 10.30	Сок апельсиновый	150	1,05	0,15	19,8	90	408
Обед 12.00	1. Салат из свежих огурцов	50	0,35	3,62	1,13	41,86	12
	2. Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,56	1,34	5,35	51,95	70
	3. Котлета мясная с маслом	70	10,18	8,83	13,59	155,38	255
	4. Овощное рагу	130	2,15	7,68	18,83	122,87	91
	5. Компот из плодов или сушеных ягод	180	0,19	0,12	13,11	54,35	403
	6. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		647,5	16,28	21,6	57,61	453,73	
Полдник 15.30	1. Варенец	180	5,04	3,04	7,36	85,08	405
	2. Печенье "благовещенское"	15	1,5	3,6	11,39	112	
Итого за полдник:		195	6,54	6,64	18,75	197,08	
Итого за третий день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	