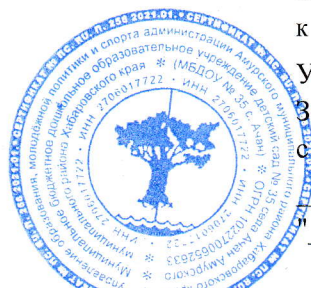


УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
С. Ачан

Е. Г. Киле С.Г. Киле
"30" августа 2023 г.



Меню приготавливаемых блюд
30 августа 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 I День 10							
завтрак 8.30	1. Каша гречневая на молоке	200	4,28	2,69	36,16	187,07	157
	2. Чай с молоком	180	1,18	0,01	14,18	61,65	384
	3. Бутерброд с маслом и сыром	60/5/5	7,67	11,91	14,49	231,73	492
Итого за завтрак:		450	13,13	14,61	64,83	480,45	
2-й завтрак 10.30	Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69	408
Обед 12.00	1. Салат с отварной свёклой и солёным огурцом	50	0,58	2,86	2,35	52,57	38
	2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	5,37	5,97	19,04	128,59	71
	3. Жаркое по-домашнему	200	12,2	15,2	38,37	300,78	247
	4. Компот из плодов или сушеных 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:		647,5	19,19	24,16	78,47	563,61	
Полдник 15.30	1. Коржик молочный	15	0,9	1,65	9	56,12	
	2. Кефир	180	5,04	3,94	7,36	85,06	405
	3. Фрукты (груша)	100	1,49	0,49	20,94	95,76	90
Итого за полдник:		295	7,43	6,08	37,30	236,94	
Итого за десятый день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	
Среднее значение за период:			40,5	45	195,75	1350	

Приложение № 8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ № 35

с. Ачан

С.Г. Киле

" 30 " августа 2023 г.



Меню приготавливаемых блюд

30 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 1							
завтрак 8.30	1. Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	150	6,37	3,47	31,30	182,14	198
	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:		355	12,29	9,06	54,26	410,89	
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:		520	10,53	20,53	52,83	393,9	
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:		259	4,03	5,31	24,11	157,99	
Итого за первый день:			27,35	34,90	143,90	1017,78	