



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
С. Ачан

С.Г. Киле
"25" сентября 2023 г.

Меню приготавливаемых блюд

25 сентября 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 8 | | | | | | | |
| завтрак 8.30 | 1. Каша манная молочная | 150 | 4,92 | 4,76 | 45,52 | 199,94 | 160 |
| | 2. Кофейный напиток на сгущённом молоке | 150 | 1,5 | 1,04 | 19,23 | 92,35 | 390 |
| | 3. Бутерброд с маслом | 45/5 | 5,83 | 5,59 | 11,38 | 182,07 | 492/1 |
| Итого за завтрак: | | 355 | 12,25 | 11,39 | 76,13 | 474,36 | |
| 2-й завтрак 10.30 | Сок апельсиновый | 100 | 0,7 | 0,1 | 13,2 | 60 | 408 |
| Обед 12.00 | 1. Салат из моркови | 30 | 0,34 | 2,72 | 2,72 | 36,77 | 6 |
| | 2. Суп-лапша | 150 | 2,62 | 2,19 | 20,2 | 81,01 | 89 |
| | 3. Азу | 160 | 11,25 | 14,02 | 14,55 | 264,39 | 282 |
| | 4. Компот из плодов или сушеных ягод | 150 | 0,16 | 0,1 | 10,93 | 45,29 | 403 |
| | 5. Хлеб ржаной | 30 | 0,68 | 0,01 | 4,48 | 21,86 | |
| Итого за обед: | | 520 | 15,05 | 19,04 | 52,88 | 449,32 | |
| Полдник 15.30 | 1. Печенье "Топленое молоко" | 9 | 0,63 | 1,98 | 12,2 | 39,61 | |
| | 2. Кефир | 150 | 4,24 | 3,28 | 6,13 | 67,44 | 405 |
| Итого за полдник: | | 159 | 4,87 | 5,26 | 18,33 | 107,05 | |
| Итого за восьмой 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
"25" сентября 2023 г.



Меню приготавливаемых блюд
25 сентября 2023г.

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 8 | | | | | | | |
| завтрак 8.30 | 1. Каша манная молочная | 200 | 6,56 | 6,34 | 60,69 | 259,92 | 160 |
| | 2. Кофейный напиток на сгущённом молоке | 180 | 1,8 | 1,25 | 26,28 | 110,82 | 390 |
| | 3. Бутерброд с маслом | 60/5 | 7,67 | 7,11 | 14,49 | 231,73 | 492/1 |
| Итого за завтрак: | | 450 | 16,03 | 14,7 | 101,46 | 602,47 | |
| 2-й завтрак 10.30 | Сок апельсиновый | 150 | 1,05 | 0,15 | 19,8 | 90 | 408 |
| Обед 12.00 | 1. Салат из моркови | 50 | 0,57 | 4,54 | 4,53 | 62,28 | 6 |
| | 2. Суп-лапша | 180 | 3,14 | 2,63 | 23,05 | 97,25 | 89 |
| | 3. Азу | 200 | 14,17 | 16,86 | 17,51 | 318,82 | 282 |
| | 4. Компот из плодов или сушеных ягод | 150 | 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: | | 617,5 | 18,92 | 24,16 | 63,8 | 560,02 | |
| Полдник 15.30 | 1. Печенье "Топленое молоко" | 15 | 1,05 | 2,47 | 15,24 | 66,02 | |
| | 2. Кефир | 180 | 5,09 | 3,94 | 7,36 | 80,96 | 405 |
| Итого за полдник: | | 195 | 6,14 | 6,41 | 22,60 | 146,98 | |
| Итого за восьмой день: | | | 40,50 | 45,00 | 195,75 | 1350,00 | |