



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан

С.Г. Киле  
" 27 " сентября 2023 г.

**Меню приготавливаемых блюд**

27 сентября 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 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	60/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492/1
Итого за завтрак:		<b>450</b>	<b>13,13</b>	<b>9,81</b>	<b>64,83</b>	<b>480,45</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 с отварной свёклой	50	0,67	2,3	2,92	35,1	35
	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:		<b>647,5</b>	<b>19,28</b>	<b>23,6</b>	<b>79,04</b>	<b>546,14</b>	
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
Итого за полдник:		<b>195</b>	<b>5,94</b>	<b>5,59</b>	<b>16,36</b>	<b>141,18</b>	
Итого за десятый день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	
Среднее значение за период:			40,5	45	195,75	1350	

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан

С.Г. Киле

"27" сентября 2023 г.



**Меню приготавливаемых блюд**  
27 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 10							
завтрак 8.30	1. Каша гречневая на молоке	150	3,22	2,33	27,12	140,3	157
	2. Чай с молоком	150	0,98	0,01	11,82	46,24	384
	3. Бутерброд с маслом	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492/1
Итого за завтрак:		<b>355</b>	<b>10,03</b>	<b>7,93</b>	<b>50,32</b>	<b>368,61</b>	
2-й завтрак 10.30	Сок яблочный	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>46</b>	408
Обед 12.00	1. Салат с отварной свёклой	30	0,4	1,38	1,75	21,06	35
	2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	4,47	5,97	14,83	103,12	71
	3. Жаркое по-домашнему	160	9,04	14,66	27,7	236,73	247
	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:		<b>520</b>	<b>14,75</b>	<b>22,12</b>	<b>59,69</b>	<b>428,06</b>	
Полдник 15.30	1. Коржик молочный	9	0,54	0,99	5,4	33,67	
	2. Кефир	150	4,24	3,28	6,13	67,44	405
Итого за полдник:		<b>159</b>	<b>4,78</b>	<b>4,27</b>	<b>11,53</b>	<b>101,11</b>	
Итого за десятый день:			30,06	34,42	131,64	943,78	
Среднее значение за период:			31,50	35,25	152,25	1050,00	