

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с.Ачан

С.Г. Киле  
"5" декабря 2023 г.



**Меню приготавливаемых блюд**  
5 декабря 2023 г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет.

| Прием пищи             | Наименование блюда                      | Вес блюда  | Пищевые вещества |              |              | Энерг.цен. (ккал) | № рецептур |
|------------------------|---|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------|------------|
|                        |   |            | белки            | жиры         | углеводы     |                   |            |
| Неделя 1<br>День 8     |   |            |                  |              |              |                   |            |
| завтрак<br>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:      |   | <b>355</b> | <b>12,25</b>     | <b>11,39</b> | <b>76,13</b> | <b>474,36</b>     |            |
| 2-й завтрак<br>10.30   | Сок апельсиновый                        | 100        | 0,7              | 0,1          | 13,2         | 60                | 408        |
| Обед<br>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:         |   | <b>520</b> | <b>15,05</b>     | <b>19,04</b> | <b>52,88</b> | <b>449,32</b>     |            |
| Полдник<br>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:      |   | <b>159</b> | <b>4,87</b>      | <b>5,26</b>  | <b>18,33</b> | <b>107,05</b>     |            |
| 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

05 декабря 2023 г.



**Меню приготавливаемых блюд**

05 декабря 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 1<br>День 8     |   |              |                  |              |               |                   |              |
| завтрак<br>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:      |   | <b>450</b>   | <b>16,03</b>     | <b>14,7</b>  | <b>101,46</b> | <b>602,47</b>     |              |
| 2-й завтрак<br>10.30   | Сок апельсиновый                        | <b>150</b>   | <b>1,05</b>      | <b>0,15</b>  | <b>19,8</b>   | <b>90</b>         | 408          |
| Обед<br>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:         |   | <b>617,5</b> | <b>18,92</b>     | <b>24,16</b> | <b>63,8</b>   | <b>560,02</b>     |              |
| Полдник<br>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:      |   | <b>195</b>   | <b>6,14</b>      | <b>6,41</b>  | <b>22,60</b>  | <b>146,98</b>     |              |
| Итого за восьмой день: |   |              | 40,50            | 45,00        | 195,75        | 1350,00           |              |