

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с.Ачан

С.Г. Киле
26 января 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд
26 января 2024 г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг.цен. (ккал)	№ рецеп-туры
			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	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492/1
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 моркови и яблок	30	0,27	2,75	2,14	34,42	8
	2. Суп крестьянский с крупой	150	1,32	3,57	7,74	68,4	74
	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	12,68	16,35	69,63	466,54	
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. Фарш яблочный	100	0,4	0,4	19,71	164,15	472
Итого за полдник:		259	4,39	6,58	38,96	282,90	
Итого за четвертый день:			29,99	33,89	154,21	1144,18	