



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с. Ачан

С.Г. Киле
16 мая 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд

16 мая 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 7							
завтрак 8.30	1. Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	12,82	9,32	24,9	227,23	195
	Чай с молоком	150	0,94	0,01	11,88	51,34	386
	3. Бутерброд с маслом и сыром	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492
Итого за завтрак:		350	19,59	14,92	48,16	460,64	
2-й завтрак 10.30	Сок черешневый	100	1	0,1	1,9	12,5	407
Обед 12.00	1. С-т из св. огурцов и помидоров	30	0,29	1,38	0,92	17,31	14
	2. Суп крестьянский с крупой	150	1,32	3,57	7,74	68,4	74
	3. Картофельное пюре	110	1,7	3,67	29,08	124,92	317
	4. Рыба запеченная под молочным соусом	50	2,32	5,19	5,94	78,83	220
	5. Кисель из концентр. 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	6,37	13,82	67,51	388,98	
Полдник 15.30	1. Печенье	9	1	1,54	5,4	32,5	206
	2. Ряженка	150	3,36	3,95	7,55	79,14	405
	3. Фруктовый фарш	100	2,02	2,02	198,57	820,75	472
Итого за полдник:		259	6,38	7,51	211,52	932,39	
Итого за седьмой день:			33,34	36,35	329,09	1794,51	

