

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан



С.Г. Киле  
11 июня 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд**  
11 июня 2024 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<br>День 5   |  |            |                  |              |              |                   |             |
| завтрак<br>8.30      | 1. Пудинг из творога с рисом           | 150        | 8,72             | 2,52         | 23,3         | 187,7             | 200         |
|                      | 2. Чай с молоком                       | 150        | 0,98             | 0,01         | 11,82        | 48,29             | 384         |
|                      | 3. Бутерброд с маслом и сыром          | 45/5       | 5,83             | 5,59         | 11,38        | 182,07            | 492         |
| Итого за завтрак:    |  | <b>350</b> | <b>15,53</b>     | <b>8,12</b>  | <b>46,5</b>  | <b>418,06</b>     |             |
| 2-й завтрак<br>10.30 | Сок яблочный                           | <b>100</b> | <b>1</b>         | <b>0,1</b>   | <b>1,9</b>   | <b>12,5</b>       | 407         |
| Обед<br>12.00        | 1. Салат из свежих огурцов и помидоров | 30         | 0                | 0,32         | 0,92         | 17,31             | 14          |
|                      | 2. Борщ с капустой, картофелем         | 150        | 1,07             | 1,56         | 4,68         | 53,72             | 62          |
|                      | 3. Вермишель отварная                  | 100        | 3,66             | 3,53         | 20,85        | 125,28            | 306         |
|                      | 4. Фрикадельки с маслом                | 60         | 7,14             | 7,97         | 5,52         | 122,43            | 268         |
|                      | 5. Компот из плодов или сушеных ягод   | 150        | 0,1              | 0            | 10,93        | 45,29             | 403         |
|                      | 6. Хлеб ржаной                         | 30         | 0,68             | 0,01         | 4,48         | 21,86             |             |
| Итого за обед:       |  | <b>520</b> | <b>12,65</b>     | <b>13,39</b> | <b>47,38</b> | <b>385,89</b>     |             |
| Полдник<br>15.30     | 1. Ряженка                             | 150        | 4,24             | 3,28         | 6,13         | 67,44             | 405         |
|                      | 2. Пряники                             | 9          | 0,54             | 0,58         | 8,1          | 31,5              |             |
| Итого за полдник:    |  | <b>159</b> | <b>4,78</b>      | <b>3,86</b>  | <b>14,23</b> | <b>98,94</b>      |             |
| Итого за пятый день: |  |            | 33,96            | 25,47        | 110,01       | 915,39            |             |

Приложение № 8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан

С.Г. Киле  
11 июня 2024 г.



**Меню приготавливаемых блюд**  
11 июня 2024 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 5   |  |              |                  |              |              |                   |              |
| завтрак<br>8.30      | 1. Пудинг из творога с рисом           | 200          | 11,63            | 3,36         | 31,07        | 250,26            | 200          |
|                      | 2. Чай с молоком                       | 180          | 1,18             | 0,01         | 14,18        | 57,97             | 384          |
|                      | 3. Бутерброд с маслом и сыром          | 60/5/5       | 7,67             | 7,11         | 14,49        | 231,73            | 492          |
| Итого за завтрак:    |  | <b>445</b>   | <b>20,48</b>     | <b>10,48</b> | <b>59,74</b> | <b>539,96</b>     |              |
| 2-й завтрак<br>10.30 | Сок яблочный                           | 150          | 1,5              | 0,15         | 2,85         | 18,75             | 407          |
| Обед<br>12.00        | 1. Салат из свежих огурцов и помидоров | 50           | 0                | 0,53         | 1,53         | 28,85             | 14           |
|                      | 2. Борщ с капустой, картофелем         | 180          | 1,28             | 1,88         | 5,62         | 71,88             | 62           |
|                      | 3. Вермишель отварная                  | 125          | 4,57             | 4,41         | 26,06        | 156,6             | 306          |
|                      | 4. Фрикадельки с маслом                | 75           | 8,93             | 9,97         | 6,91         | 153,04            | 268          |
|                      | 6. Хлеб ржаной                         | 37,5         | 0,85             | 0,01         | 5,6          | 27,32             |              |
| Итого за обед:       | <b>Суммарный объем</b>                 | <b>647,5</b> | <b>6,82</b>      | <b>6,83</b>  | <b>51,92</b> | <b>339</b>        |              |
| Полдник<br>15.30     | 1. Ряженка                             | 180          | 2,74             | 3,04         | 7,36         | 85,06             | 406/405      |
|                      | 2. Пряники                             | 15           | 0,9              | 0,97         | 9            | 52,5              |              |
|                      | <b>Суммарный объем</b>                 | <b>195</b>   | <b>3,64</b>      | <b>4,01</b>  | <b>16,36</b> | <b>137,56</b>     |              |
| Итого за полдник:    |  | <b>390</b>   | <b>7,28</b>      | <b>8,02</b>  | <b>32,72</b> | <b>275,12</b>     |              |
| Итого за пятый день: |  |              | 40,50            | 45,00        | 195,75       | 1350,00           |              |