

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан

С.Г. Киле  
27 июня 2024 г.



Меню приготавливаемых блюд  
27 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 6    |                                      |            |                  |              |              |                   |             |
| завтрак<br>8.30       | 1. Каша овсяная из геркулеса         | 150        | 5,02             | 5,26         | 32,11        | 153,46            | 162         |
|                       | 2. Кофейный напиток на сгущен.молоке | 150        | 1,5              | 1,04         | 24,23        | 94,22             | 390         |
|                       | 3. Бутерброд с маслом                | 45/5       | 5,83             | 5,59         | 11,38        | 182,07            | 492/1       |
| Итого за завтрак:     |                                      | <b>355</b> | <b>12,35</b>     | <b>11,89</b> | <b>67,72</b> | <b>429,75</b>     |             |
| 2-й завтрак<br>10.30  | Сок "Волшебная сказка"               | 100        | 0,1              | 0            | 1,9          | 40                | 407         |
| Обед<br>12.00         | 1. Салат из свежих огурцов           | 30         | 0,21             | 2,17         | 0,68         | 28,11             | 12          |
|                       | 2. Свекольник                        | 150        | 1,32             | 2,56         | 9,96         | 60,84             | 65          |
|                       | 3. Печень тёртая                     | 50         | 6,3              | 10,03        | 0,53         | 117,57            | 239/1       |
|                       | 4. Каша гречневая вязкая             | 110        | 1,73             | 5,56         | 37,07        | 179,94            | 297         |
|                       | 5. Компот из плодов или сушеных ягод | 150        | 0,16             | 0,1          | 10,93        | 45,29             | 403         |
|                       | 6. Хлеб ржаной                       | 30         | 0,68             | 0,01         | 4,48         | 21,86             |             |
| Итого за обед:        | <b>Суммарный объем</b>               | <b>520</b> | 10,4             | 20,43        | 63,65        | 453,61            |             |
| Полдник<br>15.30      | 1. Молоко                            | 150        | 3,83             | 3,74         | 4,09         | 60,81             | 405         |
|                       | 2. Печенье                           | 9          | 2,74             | 2,16         | 8,04         | 55,2              |             |
| Итого за полдник:     | <b>Суммарный объем</b>               | 159        | 6,57             | 5,9          | 12,13        | 116,01            |             |
| Итого за шестой день: |                                      |            | 29,42            | 38,22        | 145,40       | 1039,37           |             |



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан

*С.Г. Киле*  
27 июня 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд**

27 июня 2024 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<br>День 6    |                                      |              |                  |              |               |                   |             |
| завтрак<br>8.30       | 1. Каша овсяная из геркулеса         | 200          | 6,18             | 6,32         | 38,55         | 206,84            | 162         |
|                       | 2. Кофейный напиток на сгущен.молоке | 180          | 1,8              | 1,25         | 26,08         | 121,56            | 390         |
|                       | 3. Бутерброд с маслом                | 60/5         | 7,67             | 7,11         | 14,49         | 231,73            | 492/1       |
| Итого за завтрак:     |                                      | <b>450</b>   | <b>15,65</b>     | <b>14,68</b> | <b>79,12</b>  | <b>560,13</b>     |             |
| 2-й завтрак<br>10.30  | Сок Волшебная сказка                 | 150          | 1,5              | 0            | 2,85          | 60                | 407         |
| Обед<br>12.00         | 1. Салат из свежих огурцов           | 50           | 0,35             | 3,62         | 1,13          | 41,86             | 12          |
|                       | 2. Свекольник                        | 180          | 2,08             | 3,7          | 14,95         | 73,01             | 65          |
|                       | 3. Печень говяжья по-строгановски    | 70           | 10,4             | 9,41         | 7,1           | 151,34            | 238         |
|                       | 4. Каша гречневая                    | 130          | 2,23             | 6,67         | 51,91         | 214,2             | 297         |
|                       | 5. Компот из плодов или сушеных ягод | 180          | 0,19             | 0,12         | 13,11         | 54,35             | 403         |
|                       | 6. Хлеб ржаной                       | 37,5         | 0,85             | 0,01         | 5,6           | 27,32             |             |
| Итого за обед:        |                                      | <b>647,5</b> | <b>16,1</b>      | <b>23,53</b> | <b>93,8</b>   | <b>562,08</b>     |             |
| Полдник<br>15.30      | 1. Молоко                            | 4,04         | 4,74             | 9,07         | 108,11        | 0,45              | 405         |
|                       | 2. Печенье "благовещенское"          | 15           | 1,12             | 2,7          | 8,54          | 84                |             |
|                       | <b>Суммарный объем</b>               | <b>195</b>   | <b>6,52</b>      | <b>7,20</b>  | <b>16,10</b>  | <b>155,80</b>     | 90          |
| Итого за полдник:     |                                      | <b>214</b>   | <b>12,38</b>     | <b>18,97</b> | <b>132,75</b> | <b>240,25</b>     |             |
| Итого за шестой день: |                                      |              | 40,50            | 45,00        | 195,75        | 1350,00           |             |