



Приложение № 8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ № 35

с.Ачан

*С.Г. Киле*

04 июня 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд**

04 июня 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<br>День 10         |   |            |                  |              |              |                   |              |
| завтрак<br>8.30             | 1. Каша гречневая на молоке                 | 150        | 3,22             | 2,33         | 27,12        | 140,3             | 157          |
|                             | 2. Чай с молоком                            | 150        | 0,98             | 0,01         | 11,82        | 46,24             | 384          |
|                             | 3. Бутерброд с маслом                       | 45/5       | 5,83             | 5,59         | 11,38        | 182,07            | 492/1        |
| Итого за завтрак:           |   | <b>355</b> | <b>10,03</b>     | <b>7,93</b>  | <b>50,32</b> | <b>368,61</b>     |              |
| 2-й завтрак<br>10.30        | Сок яблочный                                | 100        | 0,5              | 0,1          | 10,1         | 46                | 408          |
| Обед<br>12.00               | 1. Салат с отварной свёклой                 | 30         | 0,4              | 1,38         | 1,75         | 21,06             | 35           |
|                             | 2. Суп картофельный с мясными фрикадельками | 150        | 4,47             | 5,97         | 14,83        | 103,12            | 71           |
|                             | 3. Жаркое по-домашнему                      | 160        | 9,04             | 14,66        | 27,7         | 236,73            | 247          |
|                             | 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>14,75</b>     | <b>22,12</b> | <b>59,69</b> | <b>428,06</b>     |              |
| Полдник<br>15.30            | 1. Коржик молочный                          | 9          | 0,54             | 0,99         | 5,4          | 33,67             |              |
|                             | 2. Кефир                                    | 150        | 4,24             | 3,28         | 6,13         | 67,44             | 405          |
| Итого за полдник:           |   | <b>159</b> | <b>4,78</b>      | <b>4,27</b>  | <b>11,53</b> | <b>101,11</b>     |              |
| Итого за десятый день:      |   |            | 30,06            | 34,42        | 131,64       | 943,78            |              |
| Среднее значение за период: |   |            | 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  
04 июня 2024 г.



**Меню приготавливаемых блюд**

04 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 10         |   |              |                  |             |              |                   |             |
| завтрак<br>8.30             | 1. Каша гречневая на молоке                 | 200          | 4,28             | 2,69        | 36,16        | 187,07            | 157         |
|                             | 2. Чай с молоком                            | 180          | 1,18             | 0,01        | 14,18        | 61,65             | 384         |
|                             | 3. Бутерброд с маслом                       | 60/5         | 7,67             | 7,11        | 14,49        | 231,73            | 492/1       |
| Итого за завтрак:           |   | <b>450</b>   | <b>13,13</b>     | <b>9,81</b> | <b>64,83</b> | <b>480,45</b>     |             |
| 2-й завтрак<br>10.30        | Сок яблочный                                | 150          | 0,75             | 0,15        | 15,15        | 69                | 408         |
| Обед<br>12.00               | 1. Салат с отварной свёклой                 | 50           | 0,67             | 2,3         | 2,92         | 35,1              | 35          |
|                             | 2. Суп картофельный с мясными фрикадельками | 180          | 5,37             | 5,97        | 19,04        | 128,59            | 71          |
|                             | 3. Жаркое по-домашнему                      | 200          | 12,2             | 15,2        | 38,37        | 300,78            | 247         |
|                             | 4. Компот из плодов или сушеных ягод        | 180          | 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>647,5</b> | <b>19,28</b>     | <b>23,6</b> | <b>79,04</b> | <b>546,14</b>     |             |
| Полдник<br>15.30            | 1. Коржик молочный                          | 15           | 0,9              | 1,65        | 9            | 56,12             |             |
|                             | 2. Кефир                                    | 180          | 5,04             | 3,94        | 7,36         | 85,06             | 405         |
| Итого за полдник:           |   | <b>195</b>   | <b>5,94</b>      | <b>5,59</b> | <b>16,36</b> | <b>141,18</b>     |             |
| Итого за десятый день:      |   |              | 40,50            | 45,00       | 195,75       | 1350,00           |             |
| Среднее значение за период: |   |              | 40,5             | 45          | 195,75       | 1350              |             |