

Приложение № 8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ № 35

с. Ачан

 С.Г. Киле

12 июля 2024 г.



**Меню приготавливаемых блюд**

12 июля 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 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:		<b>350</b>	<b>19,59</b>	<b>14,92</b>	<b>48,16</b>	<b>460,64</b>	
2-й завтрак 10.30	Сок черешневый	100	1	0,1	1,9	12,5	407
Обед 12.00	1. С-т из отварной свёклы	30	0,41	1,38	1,76	21,06	35
	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:		<b>520</b>	<b>6,49</b>	<b>13,82</b>	<b>68,35</b>	<b>392,73</b>	
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:		<b>259</b>	<b>6,38</b>	<b>7,51</b>	<b>211,52</b>	<b>932,39</b>	
Итого за седьмой день:			<b>33,46</b>	<b>36,35</b>	<b>329,93</b>	<b>1798,26</b>	

Приложение № 8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ № 35

с. Ачан

С.Г. Киле

12 июля 2024г.



**Меню приготавливаемых блюд**

12 июля 2024г.

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 День 7							
завтрак 8.30	1. Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	17,09	10,63	33,2	292,79	195
	Чай с молоком	180	1,13	0,01	14,26	61,64	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>25,89</b>	<b>17,75</b>	<b>61,95</b>	<b>586,16</b>	
2-й завтрак 10.30	Сок черешневый	<b>150</b>	<b>1,5</b>	<b>0,15</b>	<b>2,85</b>	<b>18,75</b>	407
Обед 12.00	1. Салат с отварной свёклой	50	0,67	2,3	2,92	35,1	35
	2. Суп крестьянский с крупой	180	1,59	4,28	9,28	82,08	74
	3. Картофельное пюре	130	1,76	4,93	39,69	152,75	317
	4. Рыба запеченная под молочным соусом	70	2,56	7,28	8,32	110,41	220
	5. Кисель из концентр. ягод суш.	180	0,07	0	23,2	93,19	394
	6. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		<b>647,5</b>	<b>7,5</b>	<b>18,8</b>	<b>89,01</b>	<b>500,85</b>	
Полдник 15.30	1. Бублик	15	1,27	1,97	9	52,5	206
	2. Ряженка	180	2,74	3,04	7,36	85,06	406/405
	3. Фрукты (груша)	150	0,24	0,32	8,85	45	90
Итого за полдник:		<b>345</b>	<b>4,25</b>	<b>5,33</b>	<b>25,21</b>	<b>182,56</b>	
Итого за седьмой день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	