



Меню приготавливаемых блюд
23 октября 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 9							
завтрак 8.30	1. Каша пшениная молочная жидкая	150	4,45	4,01	23,17	139,02	165
	2. Какао с молоком	150	2,12	0,52	22,87	113,15	388
	3. Бутерброд с маслом и сыром	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492
Итого за завтрак:		350	12,4	10,12	57,42	434,24	
2-й завтрак 10.30	Сок Волшебная сказка	100	0,1	0	1,9	40	407
Обед 12.00	1. С-т из св. помидоров	30	0,3	2,75	1,03	30,1	17
	2. Суп овощной	150	1,78	3,71	8,43	68,2	66
	3. Рис припущенный вязкий	110	3,39	4,46	29,08	128,58	304
	4. Котлета мясная с маслом	50	9,52	7,27	17,28	144,43	255
	5. Кисель из концентр. ягод суш.	150	0,06	0	19,35	91,14	394
	6. Хлеб ржаной	30	0,68	0,01	4,48	21,86	
Итого за обед:		520	15,73	18,2	79,65	484,31	
Полдник 15.30	1. Пряник шоколадный	9	0,54	3,58	9,98	45,9	
	2. Молоко	150	3,36	4,2	7,05	79,14	405
Итого за полдник:		159	3,90	7,78	17,03	125,04	
Итого за девятый день:			31,50	35,25	152,25	1050,00	

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с.Ачан

С.Г. Киле
23 октября 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд
23 октября 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 День 9							
завтрак 8.30	1. Каша пшениная молочная	200	5,64	5,33	30,89	192,97	165
	2. Какао с молоком	180	2,55	0,63	27,46	135,78	388
	3. Бутерброд с маслом и сыром	60/5/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492
Итого за завтрак:		445	15,86	13,07	72,84	560,48	
2-й завтрак 10.30	Сок Волшебная сказка	150	1,5	0	2,85	60	407
Обед 12.00	1. С-т из свежих помидоров	50	0,5	4,58	1,73	50,17	17
	2. Суп овощной	180	2,11	4,45	10,12	81,87	66
	3. Рис припущенный	130	4,01	5,36	34,91	166,36	304
	4. Котлета мясная с маслом	70	11,43	8,17	20,84	185,39	255
	5. Кисель из концентр. ягод суш.	180	0,07	0	23,22	93,19	394
	6. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		647,5	18,97	22,57	96,42	604,3	
Полдник 15.30	1. Пряник шоколадный	15	0,9	5,97	16,61	76,5	
	2. Молоко лазовское	180	4,04	5,04	8,4	95	405
Итого за полдник:		195	4,94	11,01	25,01	171,50	
Итого за девятый день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	