



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан

С.Г. Киле  
05 сентября 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд**  
05 сентября 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 6							
завтрак 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 10.30	Сок "Волшебная сказка"	<b>100</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>1,9</b>	<b>40</b>	407
Обед 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	405
Полдник 15.30	1. Молоко	150	3,83	3,74	4,09	60,81	
	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  
05 сентября 2024 г.

**Меню приготавливаемых блюд**

05 сентября 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 6							
завтрак 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 10.30	Сок Волшебная сказка	<b>150</b>	<b>1,5</b>	<b>0</b>	<b>2,85</b>	<b>60</b>	407
Обед 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 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	