

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с. Ачан

 С.Г. Киле
24 декабря 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд
24 декабря 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 День 4							
завтрак 8.30	1. Каша рисовая на молоке	150	6,04	5,26	21,17	155,2	167
	2. Чай с лимоном	150	0,05	0,01	11,17	44,97	383
	3. Бутерброд с маслом	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492/1
Итого за завтрак:		355	11,92	10,86	43,72	382,24	
2-й завтрак 10.30	Сок абрикосовый	100	1	0,1	1,9	12,5	407
Обед 12.00	1. Салат из моркови и яблок	30	0,27	2,75	2,14	34,42	8
	2. Суп крестьянский с крупой	150	1,32	3,57	7,74	68,4	74
	3. Картофельное пюре	110	1,45	5,93	17,94	128,01	317
	4. Котлета рыбная с маслом	50	8,9	4,09	17,98	136,19	226
	5. Кисель из конц. 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:		520	12,68	16,35	69,63	466,54	
Полдник 15.30	1. Печенье "Топленое молоко"	20	0,63	1,98	12,2	39,61	
	2. молоко	150	3,36	4,2	7,05	79,14	405
	3. Фрукты	100	0,4	0,4	19,71	164,15	472
Итого за полдник:		270	4,39	6,58	38,96	282,90	
Итого за четвертый день:			29,99	33,89	154,21	1144,18	

Приложение № 8
к СанПин 2.3/2.4.3590-20
УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с.Ачан

 С.Г. Киле
24 декабря 2024 г.

Меню приготавливаемых блюд
24 декабря 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 4							
завтрак 8.30	1. Каша рисовая на молоке	200	7,65	7,02	41,55	207,04	167
	2. Чай с лимоном	180	0,06	0,01	13,4	53,96	383
	3. Бутерброд с маслом	60/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492/1
Итого за завтрак:		450	15,38	14,14	69,44	492,73	
2-й завтрак 10.30	Сок абрикосовый	150	1,5	0,15	2,85	18,75	407
Обед 12.00	1. Салат из моркови с яблоком	50	0,45	4,58	3,57	57,37	8
	2. Суп крестьянский с крупой	180	1,59	4,28	9,28	82,08	74
	3. Картофельное пюре	130	1,72	7	19,64	153,13	317
	4. Котлета рыбная с маслом	70	11,59	5,92	16,64	168,68	226
	5. Кисель из конц. 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	16,27	21,79	77,95	581,77	
Полдник 15.30	1. Печенье "Топленое молоко"	22	1,05	2,47	15,24	66,02	
	2. молоко	180	4,04	5,04	8,46	113,4	405
	3. Фрукты	150		0,4	10,4	45	90
Итого за полдник:		352	5,09	7,91	34,10	224,42	
Итого за четвертый день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	