

Приложение № 8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан

С.Г. Киле

31 января 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд**

31 января 2025 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. Винегрет	30	0,29	2,11	1,6	26,55	50
	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>6,37</b>	<b>14,55</b>	<b>68,19</b>	<b>398,22</b>	
Полдник 15.30	1. Бублик	20	1	1,54	5,4	32,5	206
	2. Молоко	150	3,36	3,95	7,55	79,14	405
	3. Фрукты	100	2,02	2,02	198,57	820,75	472
Итого за полдник:		<b>270</b>	<b>6,38</b>	<b>7,51</b>	<b>211,52</b>	<b>932,39</b>	
Итого за седьмой день:			<b>33,34</b>	<b>37,08</b>	<b>329,77</b>	<b>1803,75</b>	

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан

С.Г. Киле  
31 января 2025г.



Меню приготавливаемых блюд  
31 января 2025г.

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 7							
завтрак 8.30	1. Запеканка из творога со сгущеным 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. Винегрет	50	0,48	3,52	2,66	44,25	50
	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>7,31</b>	<b>20,02</b>	<b>88,75</b>	<b>510</b>	
Полдник 15.30	1. Бублик	25	1,27	1,97	9	52,5	206
	2. Молоко	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>355</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	