



УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с.Ачан  
С.Г. Киле  
21 апреля 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд  
21 апреля 2025 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<br>День 3    |                                             |           |                  |       |          |                   |              |
| завтрак<br>8.30       | 1. Запеканка манная с изюмом                | 150       | 6,62             | 7,15  | 55,75    | 300,38            | 173          |
|                       | 2. Чай с сахаром                            | 150       | 0,09             | 0     | 11,58    | 46,68             | 381          |
|                       | 3. Бутерброд с маслом и сыром               | 45/5/5    | 5,83             | 5,59  | 11,38    | 182,07            | 492          |
| Итого за завтрак:     |                                             | 355       | 12,54            | 12,74 | 78,71    | 529,13            |              |
| 2-й завтрак<br>10.30  | Сок апельсиновый                            | 100       | 0,7              | 0,1   | 13,2     | 60                | 407          |
| Обед<br>12.00         | 1. Салат из с отварной свеклой              | 30        | 0,4              | 1,38  | 1,75     | 21,06             | 35           |
|                       | 2. Суп картофельный с макаронными изделиями | 150       | 2,13             | 1,11  | 4,46     | 43,29             | 70           |
|                       | 3. Котлета мясная с маслом                  | 50        | 7,59             | 7,71  | 11,32    | 115,79            | 255          |
|                       | 4. Овощное пюре                             | 110       | 1,79             | 6,62  | 15,68    | 99,2              | 91/1         |
|                       | 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:        |                                             | 520       | 12,75            | 16,93 | 48,62    | 346,49            |              |
| Полдник<br>15.30      | 1. Варенец                                  | 150       | 4,8              | 2,53  | 6,13     | 70,7              | 405          |
|                       | 2. Печенье                                  | 20        | 0,9              | 2,16  | 6,66     | 36,63             |              |
| Итого за полдник:     |                                             | 170       | 5,70             | 4,69  | 12,79    | 107,33            |              |
| Итого за третий день: |                                             |           | 31,69            | 34,46 | 153,32   | 1042,95           |              |

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с.Ачан

С.Г. Киле  
21 апреля 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд**  
21 апреля 2025 г.

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<br>День 3    |                                             |           |                  |       |          |                   |              |
| завтрак<br>8.30       | 1. Запеканка манная с изюмом                | 200       | 8,86             | 9,5   | 71,21    | 321,45            | 173          |
|                       | 2. Чай с сахаром                            | 180       | 0,1              |       | 13,89    | 56,01             | 381          |
|                       | 3. Бутерброд с маслом и сыром               | 60/5/5    | 7,67             | 7,11  | 14,49    | 231,73            | 492          |
| Итого за завтрак:     |                                             | 450       | 16,63            | 16,61 | 99,59    | 609,19            |              |
| 2-й завтрак<br>10.30  | Сок апельсиновый                            | 150       | 1,05             | 0,15  | 19,8     | 90                | 408          |
| Обед<br>12.00         | 1. Салат из отварной свеклы                 | 50        | 0,67             | 2,3   | 2,92     | 35,1              | 35           |
|                       | 2. Суп картофельный с макаронными изделиями | 180       | 2,56             | 1,34  | 5,35     | 51,95             | 70           |
|                       | 3. Котлета мясная с маслом                  | 70        | 10,18            | 8,83  | 13,59    | 155,38            | 255          |
|                       | 4. Овощное рагу                             | 130       | 2,15             | 7,68  | 18,83    | 122,87            | 91           |
|                       | 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:        |                                             | 647,5     | 16,6             | 20,28 | 59,4     | 446,97            |              |
| Полдник<br>15.30      | 1. Варенец                                  | 180       | 5,04             | 3,04  | 7,36     | 85,08             | 405          |
|                       | 2. Печенье "благовещенское"                 | 22        | 1,5              | 3,6   | 11,39    | 112               |              |
|                       |                                             |           |                  |       |          |                   |              |
| Итого за полдник:     |                                             | 202       | 6,54             | 6,64  | 18,75    | 197,08            |              |
| Итого за третий день: |                                             |           | 40,82            | 43,68 | 197,54   | 1343,24           |              |