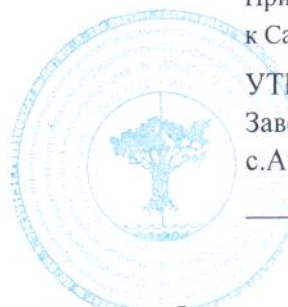


УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с.Ачан

 С.Г. Киле  
25 марта 2025 г.



**Меню приготавливаемых блюд**  
25 марта 2025 г.

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет.

| Прием<br>пищи            | Наименование<br>блюда           | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |              |               | Энерг.цен.<br>(ккал) | № рецеп-<br>туры |
|--------------------------|---------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------|------------------|
|                          |                                 |              | белки            | жиры         | углеводы      |                      |                  |
| Неделя 1<br>День 4       |                                 |              |                  |              |               |                      |                  |
| завтрак<br>8.30          | 1. Каша рисовая на<br>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<br>завтрак:     |                                 | <b>355</b>   | <b>11,92</b>     | <b>10,86</b> | <b>43,72</b>  | <b>382,24</b>        |                  |
| 2-й<br>завтрак<br>10.30  | Сок абрикосовый                 | <b>100</b>   | <b>1</b>         | <b>0,1</b>   | <b>1,9</b>    | <b>12,5</b>          | 407              |
| Обед<br>12.00            | 1. Салат из моркови и<br>яблок  | 30           | 0,27             | 2,75         | 2,14          | 34,42                | 8                |
|                          | 2. Суп крестьянский с<br>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<br>маслом   | 50           | 8,9              | 4,09         | 17,98         | 136,19               | 226              |
|                          | 5. Кисель из конц.<br>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<br>обед:        |                                 | <b>520</b>   | <b>12,68</b>     | <b>16,35</b> | <b>69,63</b>  | <b>466,54</b>        |                  |
| Полдник<br>15.30         | 1. Печенье<br>"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<br>полдник:     |                                 | <b>270</b>   | <b>4,39</b>      | <b>6,58</b>  | <b>38,96</b>  | <b>282,90</b>        |                  |
| Итого за четвертый день: |                                 |              | <b>29,99</b>     | <b>33,89</b> | <b>154,21</b> | <b>1144,18</b>       |                  |

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с.Ачан



*С.Г. Киле*  
25 марта 2025 г.

**Меню приготавливаемых блюд**  
25 марта 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 4       |                               |           |                  |       |          |                   |              |
| завтрак<br>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<br>10.30     | Сок абрикосовый               | 150       | 1,5              | 0,15  | 2,85     | 18,75             | 407          |
| Обед<br>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<br>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           |              |