

Меню приготавливаемых блюд
03 марта 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 День 8							
завтрак 8.30	1. Каша манная молочная	150	4,92	4,76	45,52	199,94	160
	2. Кофейный напиток на сгущённом молоке	150	1,5	1,04	19,23	92,35	390
	3. Бутерброд с маслом	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492/1
Итого за завтрак:		355	12,25	11,39	76,13	474,36	
2-й завтрак 10.30	Сок апельсиновый	100	0,7	0,1	13,2	60	408
Обед 12.00	1. Нарезка из св. огурцов	30	0,22	2,72	0,68	28,12	12/1
	2. Суп-лапша	150	2,62	2,19	20,2	81,01	89
	3. Азу	160	11,25	14,02	14,55	264,39	282
	4. Компот из плодов или сушеных ягод	150	0,16	0,1	10,93	45,29	403
	5. Хлеб ржаной	30	0,68	0,01	4,48	21,86	
Итого за обед:		520	14,93	19,04	50,84	440,67	
Полдник 15.30	1. Печенье "Топленое молоко"	20	0,63	1,98	12,2	39,61	
	2. Снежок	150	4,24	3,28	6,13	67,44	405
Итого за полдник:		170	4,87	5,26	18,33	107,05	
Итого за восьмой день:			31,50	35,25	152,25	1050,00	

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с. Ачан

 С.Г. Киле

03 марта 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд

03 марта 2025 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 8							
завтрак 8.30	1. Каша манная молочная	200	6,56	6,34	60,69	259,92	160
	2. Кофейный напиток на сгущённом молоке	180	1,8	1,25	26,28	110,82	390
	3. Бутерброд с маслом	60/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492/1
Итого за завтрак:		450	16,03	14,7	101,46	602,47	
2-й завтрак 10.30	Сок апельсиновый	150	1,05	0,15	19,8	90	408
Обед 12.00	1. Нарезка из свежих огурцов	50	0,38	4,54	1,14	46,86	12/1
	2. Суп-лапша	180	3,14	2,63	23,05	97,25	89
	3. Азу	200	14,17	16,86	17,51	318,82	282
	4. Компот из плодов или сушеных ягод	150	0,19	0,12	13,11	54,35	403
	5. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		617,5	18,73	24,16	60,41	544,6	
Полдник 15.30	1. Печенье "Топленое молоко"	22	1,05	2,47	15,24	66,02	
	2. Снежок	180	5,09	3,94	7,36	80,96	405
Итого за полдник:		202	6,14	6,41	22,60	146,98	
Итого за восьмой день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	