

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с. Ачан

С.Г. Киле
21 мая 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд
21 мая 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 1							
завтрак 8.30	1. Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	150	6,37	3,47	31,30	182,14	198
	2. Чай с сахаром	150	0,09	0,00	11,58	46,68	381
	3. Бутерброд с маслом и сыром	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492
Итого за завтрак:		350	12,29	9,06	54,26	410,89	
2-й завтрак	Сок абрикосовый	100	0,5	0	12,7	55	408
Обед 12.00	1. Винегрет	30	0,29	2,11	1,6	26,55	50
	2. Суп картофельный с бобовыми	150	3,23	4,55	19,66	98,46	67
	3. Макароны изделия отварные (вермишель)	110	4,02	3,85	22,93	137,8	306
	4. Гуляш из говядины	50	3,47	9,86	1,59	116,43	246
	5. Компот	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:	Суммарный объем	520	11,85	20,48	61,19	446,39	
Полдник 15.30	1. Молоко "Лазовское"	150	3,36	4,2	7,05	79,14	405
	2. Печенье "зоологическое"	20	0,67	0,71	6,66	33,85	
	3. Фрукты	100	2,02	2,02	198,57	820,75	472
Итого за полдник:		270	6,05	6,93	212,28	933,74	
Итого за первый день:			30,69	36,47	340,43	1846,02	

Приложение № 8

к СанПин 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующая МБДОУ № 35

с. Ачан

С.Г. Киле

21 мая 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд

21 мая 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 День 1							
завтрак 8.30	1. Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком	200	8,5	4,63	41,79	242,86	198
	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:		445	21,8	12,2	81,24	573,55	
2-й завтрак 10.30	Сок абрикосовый	150	0,75	0	19,05	82,5	408
		50	0,48	3,52	2,66	44,25	50
Обед 12.00	1. Винегрет	50	0,48	3,52	2,66	44,25	50
	2. Суп картофельный с бобовыми	180	3,88	5,47	23,6	112,2	67
	3. Макароны изделия отварные (вермишель)	130	3,14	4,35	17,66	96,41	306
	4. Гуляш из говядины	70	4,25	13,12	2,23	149,9	246
	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	12,79	26,59	64,86	484,43	
Полдник 15.30	1. Молоко "Лазовское"	180	4,04	4,74	9,07	108,11	405
	2. Печенье "зоологическое"	22	1,12	1,07	11,13	56,41	
	3. Фрукты	150		0,4	10,4	45	90
Итого за полдник:		352	5,16	6,21	30,60	209,52	495
Итого за первый день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	