

Приложение № 8  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20  
УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с.Ачан  
С.Г. Киле  
28 мая 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд  
28 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<br>День 6    |                                      |           |                  |       |          |                   |              |
| завтрак<br>8.30       | 1. Каша овсяная из геркулеса         | 150       | 5,02             | 5,26  | 32,11    | 153,46            | 162          |
|                       | 2. Кофейный напиток на сгушен.молоке | 150       | 1,5              | 1,04  | 24,23    | 94,22             | 390          |
|                       | 3. Бутерброд с маслом                | 45/5      | 5,83             | 5,59  | 11,38    | 182,07            | 492/1        |
| Итого за завтрак:     |                                      | 355       | 12,35            | 11,89 | 67,72    | 429,75            |              |
| 2-й завтрак<br>10.30  | Сок "Волшебная сказка"               | 100       | 0,1              | 0     | 1,9      | 40                | 407          |
| Обед<br>12.00         | 1. Салат из свежих огурцов           | 30        | 0,21             | 2,17  | 0,68     | 28,11             | 12           |
|                       | 2. Свекольник                        | 150       | 1,32             | 2,56  | 9,96     | 60,84             | 65           |
|                       | 3. Печень тёртая                     | 50        | 6,3              | 10,03 | 0,53     | 117,57            | 239/1        |
|                       | 4. Каша гречневая вязкая             | 110       | 1,73             | 5,56  | 37,07    | 179,94            | 297          |
|                       | 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:        | Суммарный объем                      | 520       | 10,4             | 20,43 | 63,65    | 453,61            |              |
| Полдник<br>15.30      | 1. Молоко                            | 150       | 3,83             | 3,74  | 4,09     | 60,81             | 405          |
|                       | 2. Печенье                           | 20        | 2,74             | 2,16  | 8,04     | 55,2              |              |
| Итого за полдник:     | Суммарный объем                      | 159       | 6,57             | 5,9   | 12,13    | 116,01            |              |
| Итого за шестой день: |                                      |           | 29,42            | 38,22 | 145,40   | 1039,37           |              |

УТВЕРЖДАЮ:  
Заведующая МБДОУ № 35  
с. Ачан  
С.Г. Киле  
28 мая 2025 г.



### Меню приготавливаемых блюд

28 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<br>День 6    |                                      |           |                  |       |          |                   |              |
| завтрак<br>8.30       | 1. Каша овсяная из геркулеса         | 200       | 6,18             | 6,32  | 38,55    | 206,84            | 162          |
|                       | 2. Кофейный напиток на сгущен.молоке | 180       | 1,8              | 1,25  | 26,08    | 121,56            | 390          |
|                       | 3. Бутерброд с маслом                | 60/5      | 7,67             | 7,11  | 14,49    | 231,73            | 492/1        |
| Итого за завтрак:     |                                      | 450       | 15,65            | 14,68 | 79,12    | 560,13            |              |
| 2-й завтрак<br>10.30  | Сок Волшебная сказка                 | 150       | 1,5              | 0     | 2,85     | 60                | 407          |
| Обед<br>12.00         | 1. Салат из свежих огурцов           | 50        | 0,35             | 3,62  | 1,13     | 41,86             | 12           |
|                       | 2. Свекольник                        | 180       | 2,08             | 3,7   | 14,95    | 73,01             | 65           |
|                       | 3. Печень говяжья по-строгановски    | 70        | 10,4             | 9,41  | 7,1      | 151,34            | 238          |
|                       | 4. Каша гречневая                    | 130       | 2,23             | 6,67  | 51,91    | 214,2             | 297          |
|                       | 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     | 16,1             | 23,53 | 93,8     | 562,08            |              |
| Полдник<br>15.30      | 1. Молоко                            | 180       | 4,74             | 9,07  | 108,11   | 0,45              | 405          |
|                       | 2. Печенье "благовещенское"          | 22        | 1,12             | 2,7   | 8,54     | 84                |              |
|                       | <b>Суммарный объем</b>               | 195       | 6,52             | 7,20  | 16,10    | 155,80            | 90           |
| Итого за полдник:     |                                      | 397       | 12,38            | 18,97 | 132,75   | 240,25            |              |
| Итого за шестой день: |                                      |           | 40,50            | 45,00 | 195,75   | 1350,00           |              |