

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с.Ачан

С.Г. Киле
28 июля 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд
28 июля 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 7							
завтрак 8.30	1. Запеканка из творога со сгущенным молоком	150	12,82	9,32	24,9	227,23	195
	Чай с молоком	150	0,94	0,01	11,88	51,34	386
	3. Бутерброд с маслом и сыром	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492
Итого за завтрак:		350	19,59	14,92	48,16	460,64	
2-й завтрак 10.30	Сок черешневый	100	1	0,1	1,9	12,5	407
Обед 12.00	1. Винегрет	30	0,29	2,11	1,6	26,55	50
	2. Суп крестьянский с крупой	150	1,32	3,57	7,74	68,4	74
	3. Картофельное пюре	110	1,7	3,67	29,08	124,92	317
	4. Рыба запеченная под молочным соусом	50	2,32	5,19	5,94	78,83	220
	5. Кисель из концентр. 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 обед:		520	6,37	14,55	68,19	398,22	
Полдник 15.30	1. Бублик	20	1	1,54	5,4	32,5	206
	2. Молоко	150	3,36	3,95	7,55	79,14	405
	3. Фрукты	100	2,02	2,02	198,57	820,75	472
Итого за полдник:		270	6,38	7,51	211,52	932,39	
Итого за седьмой день:			33,34	37,08	329,77	1803,75	

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с.Ачан

С.Г. Киле
28 июля 2025г.

Меню приготавливаемых блюд
28 июля 2025г.

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 I День 7							
завтрак 8.30	1. Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	17,09	10,63	33,2	292,79	195
	Чай с молоком	180	1,13	0,01	14,26	61,64	384
	3. Бутерброд с маслом и сыром	60/5/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492
Итого за завтрак:		445	25,89	17,75	61,95	586,16	
2-й завтрак 10.30	Сок черешневый	150	1,5	0,15	2,85	18,75	407
Обед 12.00	1. Винегрет	50	0,48	3,52	2,66	44,25	50
	2. Суп крестьянский с крупой	180	1,59	4,28	9,28	82,08	74
	3. Картофельное пюре	130	1,76	4,93	39,69	152,75	317
	4. Рыба запеченная под молочным соусом	70	2,56	7,28	8,32	110,41	220
	5. Кисель из концентр. ягод суш.	180	0,07	0	23,2	93,19	394
	6. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		647,5	7,31	20,02	88,75	510	
Полдник 15.30	1. Бублик	25	1,27	1,97	9	52,5	206
	2. Молоко	180	2,74	3,04	7,36	85,06	406/405
	3. Фрукты (груша)	150	0,24	0,32	8,85	45	90
Итого за полдник:		355	4,25	5,33	25,21	182,56	
Итого за седьмой день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	