

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с.Ачан

С.Г. Киле
05 июня 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд
05 июня 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 2							
завтрак 8.30	1. Каша молочная "Дружба"	150	2,44	3,02	20,91	159,56	155
	2. Какао с молоком	150	2,12	0,52	22,87	113,15	388
	3. Бутерброд с маслом	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492/1
Итого за завтрак:		350	10,39	9,13	55,16	454,78	
2-й завтрак 10.30	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46	408
Обед 12.00	1. Нарезка из св. огурцов	30	0,22	2,72	0,68	28,12	12/1
	2. Щи из свежей капусты с картофелем	150	2,06	5,01	3,94	80,13	82/256
	3. Плов	160	12,43	15,12	17	255,74	258
	4. Компот из плодов или суш.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	15,55	22,96	37,03	431,14	
Полдник 15.30	1. Пряники	20	0,54	0,58	42,11	39,04	
	2. Снежок	150	4,24	3,28	6,13	67,44	405
Итого за полдник:		170	4,78	3,86	48,24	106,48	
Итого за второй день:			31,22	36,05	150,53	1038,40	

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
С.Ачан

С.Г. Киле
05 июня 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд
05 июня 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 2							
завтрак 8.30	1. Каша молочная "Дружба"	200	3,26	4,03	23,88	212,75	155
	2. Какао с молоком	180	2,55	0,63	27,46	135,78	388
	3. Бутерброд с маслом	60/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492/1
Итого за завтрак:		450	13,48	11,77	65,83	580,26	
2-й завтрак 10.30	Сок яблочный	150	0,75	0,15	15,15	69	408
Обед 12.00	1. Нарезка из свежих огурцов	50	0,38	4,54	1,14	46,86	12/1
	2. Щи из свежей капусты с картофелем	180	2,47	6,01	4,73	96,19	82/256
	3. Плов	200	15,94	18,82	19,79	314,68	258
	4. Компот из плодов или суш.ягод	180	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:		647,5	19,83	29,5	44,37	539,4	
Полдник 15.30	1. Пряники	25	0,9	0,97	60,18	65,04	405
	2. Снежок	180	5,09	3,94	7,36	80,96	
Итого за полдник:		205	5,99	4,91	67,54	146,00	
Итого за второй день:			40,05	46,33	192,89	1334,66	