

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35
с.Ачан *Сухомеова* 89
23 октября 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд
23 октября 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 9							
завтрак 8.30	1. Каша пшенная молочная жидкая	150	4,45	4,01	23,17	139,02	165
	2. Какао с молоком	150	2,12	0,52	22,87	113,15	388
	3. Бутерброд с маслом и сыром	45/5	5,83	5,59	11,38	182,07	492
Итого за завтрак:		350	12,4	10,12	57,42	434,24	
2-й завтрак 10.30	Сок Волшебная сказка	100	0,1	0	1,9	40	407
Обед 12.00	1. Нарезка из свежих помидоров	30	0,38	2,72	1,76	32,89	36
	2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	4,47	5,97	14,83	103,12	71
	3. Рис припущенный вязкий	110	3,39	4,46	29,08	128,58	304
	4. Котлета из филе птицы	75	6,67	7,84	4,73	116,11	295
	5. Кисель из концентр. ягод суш.	150	0,06	0	19,35	91,14	394
	6. Хлеб ржаной	30	0,68	0,01	4,48	21,86	
Итого за обед:		545	15,65	21	74,23	493,7	
Полдник 15.30	1. Пюре картофельное	100	1,32	5,39	16,31	116,37	317
	2. Печень по-строгановски	50	6,3	10,03	0,53	117,57	239/1
	3. Пряник	20	0,54	3,58	9,98	45,9	
	4. Молоко	150	3,36	4,2	7,05	79,14	405
Итого за полдник:		320	11,52	23,20	33,87	358,98	
Итого за девятый день:			31,50	35,25	152,25	1050,00	

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующая МБДОУ № 35 с.Ачан
 Е.А. Суходоева
23 октября 2025 г.

Меню приготавливаемых блюд
23 октября 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 9							
завтрак 8.30	1. Каша пшенная молочная жидкая	200	5,64	5,33	30,89	192,97	165
	2. Какао с молоком	180	2,55	0,63	27,46	135,78	388
	3. Бутерброд с маслом и сыром	60/5/5	7,67	7,11	14,49	231,73	492
Итого за завтрак:		445	15,86	13,07	72,84	560,48	
2-й завтрак 10.30	Сок Волшебная сказка	150	1,5	0	2,85	60	407
Обед 12.00	1. Нарезка из свежих помидоров	50	0,5	1,59	1,73	50,17	12/1
	2. Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	5,84	7,16	17,8	123,74	71
	3. Рис припущенный вязкий	130	4,01	5,36	34,91	166,36	304
	4. Котлета из филе птицы	100	8,89	10,05	6,3	154,81	295
	5. Кисель из концентр. ягод суш.	180	0,07	0	23,22	93,19	394
	6. Хлеб ржаной	37,5	0,85	0,01	5,6	27,32	
Итого за обед:		647,5	20,16	24,17	89,56	615,59	
Полдник 15.30	1. Пюре картофельное	150	1,32	5,39	16,31	116,37	317
	2. Печень по-строгановски	50	7,43	6,72	5,07	108,1	238
	3. Пряник	22	0,54	3,58	9,98	45,9	90
	4. Молоко	180	3,36	4,2	7,05	79,14	405
Итого за полдник:		402	12,65	19,89	38,41	349,51	
Итого за девятый день:			40,50	45,00	195,75	1350,00	