

Приложение №8 к СанПиН
2.3/2.4.3590-20

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №11»
Г.А.Доронова

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет / 3-7 лет НА 2023 г.

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Макароны	150	7,18	7,26	31,85	213	195
	отварные с яйцом	200	9,57	9,68	42,46	284	
	Чай с сахаром	150	0,9	2,29	9,75	37	26
		180	0,76	2,75	11,7	44	
	Хлеб пшеничный с маслом	25/4 30/5		3,28 4,10	0,04 0,05	96,4 117	
Итого на завтрак			18,41	29,36	95,85	791,4	
2-ой завтрак							
Обед	Щи из свежей капусты с мясом	15/8/150	6,22	1,62	5,54	67/73	56
		15/10/200	5,65	1,82	7,38		
	Жаркое домашнему	150	7,97	8,15	14,55	183	153
		200	10,62	10,86	19,4	243	
	Компот с/ф	150	0,23	0	14,84	58/70	241
180		0,28		17,81			
Хлеб ржаной	30/40	2,9 3,8	0,48 0,64	14 18,6	90 107,67	1	
Итого на обед			37,67	23,57	112,12	891,67	
Полдник	Запеканка творожная со сгущенным молоком	120	17,37	12,48	17,75	258	11
		150	22,12	16,28	24,63	334	7
	Чай с молоком	150	1,2	1,2	12,9	65	26
		180	2,81	2,92	15,93	98	
	Хлеб пшеничный	25 30	1,87 2,3	1,25 1,5	13,2 15,9	96,4	2 2
Итого на полд.			47,67	35,63	100,31	851,4	
Итого за весь день			103,75	88,56	308,28	2534,47	