

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 / 7-14 лет / 14-17 лет / 17-18 лет / 18-25 лет / 25-30 лет / 30-35 лет / 35-40 лет / 40-45 лет / 45-50 лет / 50-55 лет / 55-60 лет / 60-65 лет / 65-70 лет / 70-75 лет / 75-80 лет / 80-85 лет / 85-90 лет / 90-95 лет / 95-100 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерг. ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша кукурузная	150	4,46	4,84	21,17	146	96
	Каша кукурузная молочная	200	7,44	8,07	35,28	202	
	Какао	150	3,15	2,72	12,96	89	249
		180	3,78	3,96	15,55		
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	25/4 30/5	5,08	5,58	15,92	107	2
						96,4	15
Итого на завтрак			27,17	28,48	114,09	757,4	
2-ой завтрак							
Обед	Суп молочный с рисом	150	4,03	4,18	13,62	108	43
	Картофельная запеканка с птицей	200	5,38	5,57	18,2	144	97
		150/30	15,28	15,03	13,1	273	
	Компот из сухофруктов	200/50	20,37	20,04	17,47	365	241
		150	0,23	0	14,84	58	
	Хлеб ржаной	180 30/40	2,9 3,8	0,48 0,64	14 18,6	70 90	1
Итого на обед			52,27	45,94	127,64	1215,67	
Полдник	Рыба под омлетом	84	8,86	9,24	4,46	159	138
	Чай с сахаром	95	17,43	10,85	5,24	188	263
		150	0,9	2,29	9,75	37	
	Хлеб пшеничный	180	0,76	2,75	11,7	44	2
		25 30	1,87 2,3	1,25 1,5	13,2 15,9	96,4	
Итого на полд.			32,12	27,89	60,25	524,4	
Итого за весь день			111,56	102,31	301,98	2497,47	