

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			Энерг ценност ь	№ ре це пт УР ы
			белки	жиры	углево ды		
Завтрак	Каша пшенная	150	5,07	7,82	19,39	169	96
	молочная	200	8,09	8,13	36,54	252	
	Кофе с молоком	150	6,98	3,78	15,78	109	25
		180	3,43	4,54	18,95	130	3
	Хлеб	25/4/7	6	5	0,05	96,4	
	пшеничный с маслом и сыром	30/5/7		8,18	0,07	117	2 41
Итого на завтрак			29,57	37,45	90,78	873,4	
2-ой завт пак							
Обед	Суп	15/8/150	6,77	1,83	9,9	95	42
	крестьянский с мясом и сметаной	15/10/200	8,51	2,7	16,5	123	
	Картофельная	150/30	15,28	15,03	13,1	273	15
	запеканка с	200/50	19,14	14,03	35,59	365	7
	мясом и маслом						
	Компот из сухофруктов	150	0,23		14,84	58	
		180	0,28		17,81	70	24
	Хлеб ржаной	30	2,9	0,48	14	90	1
		40	3,8	0,64	18,6	107,67	1
Итого на обед			56,91	34,71	140,34	1181,67	
Полдник	Запеканка из творога с морковью с молочным соусом	120/30 150/50	14,56 18,46	13,69 34,88	32,51 41,97	263 351	23 8
	Чай с сахаром	150	0,9	2,29	9,75	37	
		180	0,76	2,75	11,7	44	26
	Хлеб	25	1,87	1,25	13,2	96,4	3
	пшеничный		2,3	1,5	15,9		
							2
Итого на полд.			38,85	56,36	125,03	791,4	
Итого за весь			125,33	128,52	356,15	2846,47	