

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	Каша	150	4,74	7,64	26,33	167	84
	молочная	200	6,32	10,18	26,34	232	
	Дружба	150	3,15	2,72	12,96	89	249
	Какао	180	3,78	3,96	15,55	107	
		25/4/7	3,26	3,29	13,21	96,4	2
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом и сыром	30/5/7	5,08	5,58	15,92	117	
Итого на завтрак			26,33	33,37	110,31	808,40	
2-ой завтрак	яблоко						
Обед	Суп	20/150	7,94	0,95	11,44	94	34
	картофельный с фрикаделькам	20/200	7,94	0,94	15,25	112	
	и Куриная котлета	65	9,43	9,1	9,98	164	178
		75	11,02	10,62	11,64	191	
		120	3	4,68	13,54	101	80
		150	3,75	5,09	14,45	126	
	Рагу овощное	150	0,23		14,84	58	241
		180	0,28		17,81	70	
		30	2,9	0,48	14	90	1
	Компот из сухофруктов	40	3,8	0,64	18,6	107,67	
Итого на обед			50,29	32,50	141,55	1113,67	
Полдник	Рыба под омлетом	84	8,86	9,24	4,46	159	138
		95	17,43	10,85	5,24	188	
	Чай с сахаром и лимоном	150	0,9	2,29	9,75	37	263
	Хлеб пшеничный	180	0,76	2,75	11,7	44	
		25	1,87	1,25	13,2	96,4	2
	30	2,3	1,5	15,9			
Итого на полд.			32,12	27,88	60,25	524,40	
Итого за весь день			108,74	93,75	312,11	2446,47	