

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 молочная манная	150	5,19	5,5	23,53	164	90
	Какао	200	6,92	7,34	31,37	219	
		150	3,15	2,72	12,96	89	249
		180	3,78	3,96	15,55	107	
	Хлеб пшеничный со сливочным маслом	25/4		3,28	0,04	96,4	2
		30/5		4,10	0,05	117	41
Итого на завтрак			19,04	26,90	83,5	792,4	
2-ой завтрак							
Обед	Суп рыбный	25/150	5,44	3,39	11,38	89	41
		25/200	5,44	3,39	11,38	95	
	Мясная котлета	60	8,43	6,87	6,14	119	162
		70	9,84	8,02	7,16	139	
	Картофельное пюре	120	2,45	3,84	16,36	110	206
		150	3,06	4,8	20,45	137	
	Компот из свежих яблок	150	0,12		17,91	71	240
		180	0,14		21,5	85	
	Хлеб ржаной	30	2,9	0,48	14	90	1
		40	3,8	0,64	18,6	107,67	
Итого на обед			41,62	31,43	144,88	1042,67	
Полдник	винегрет	50	0,82	2,67	9,2	47	2
		100	0,97	3,11	5,04	55	
	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.			7,62	13,57	64,79	279,4	
Итого за весь день			68,28	71,9	293,17	2114,47	