

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 геркулесовая молочная	150 200	5 7,13	8,25 8,87	16,98 26,2	162/213	93		
	Чай с сахаром	150 180	0,9 0,76	2,29 2,75	9,75 11,7			37 44	26
	Хлеб пшеничный с маслом	25/4		3,28	0,04			96,4/117	
		30/5		4,10	0,05				
Итого на завтрак			13,79	29,54	64,72	669,4			
2-ой завтрак									
Обед	Суп из овощей	150 200	3,85 4,44	1,39 1,58	7,55 8,3	65 69	35		
	Гуляш из мяса	30 35	7,89 9,21	6,11 7,13	1,97 2,3	94 110		152	
	Греча рассыпчатая	120 150	6,80 9,21	5,8 5,43	35,90 45	227 264	186		
	Компот из свежих яблок	150 180	0,12 0,14	0	17,91 21,5	71 85		240	
	Хлеб ржаной	30/40	2,9	0,48	14	90	1		
			3,8	0,64	18,6	107,67			
	Итого на обед			48,36	28,56	173,03	1182,67		
Полдник	Ванильная булочка	60 70	4,74 5,53	4,87 5,68	32,69 38,14	193 225	273		
	Чай с сахаром	150	0,9	2,29	9,75	37		26	
		180	0,76	2,75	11,7	44			
	Итого на полд.			11,93	15,59	92,28	499		
Итого за весь день			74,08	73,69	330,03	2351,07			