

УТВЕРЖДАЮ:
Директор "Детский сад № 8"

Баженова Марина Геннадьевна
(ф.и.о.)



Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

на 11 апреля 2025 г.

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: весенний

Возрастная категория: Сад 10 часов

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК														
1	Продукты для бутербродов -сыр	10,0	2,68	2,73	0,0	36,0	0,03	2,8	0,17		1 040,0	544,0	56,0	1,4
2	Каша жидкая молочная геркулесовая	150,0	5,9	6,68	19,6	161,0	0,45				52,0	328,0	129,0	3,1
3	Батон	30,0	2,28	0,27	15,0	66,0	0,15		0,2		26,0	83,0	35,0	1,1
4	Чай с молоком	150,0	3,0	3,1	10,16	78,2	0,03	1,0	0,02		121,0	91,0	14,0	0,4
			13,86	12,78	44,76	341,2	0,66	3,8	0,39	0,0	1 239,0	1 046,0	234,0	6,0
ОБЕД														
1	Мякоть кури отварная в соусе (соус отде	30,0	13,76	12,04	0,0	163,4	0,08				16,0			1
2	Каша рассыпчатая гречневая	100,0	4,182	3,264	21,489	134,34			0,45		22,0	19,0	3,0	0,1
3	Подлив	30,0	0,2655	1,108	1,509	17,21			0,45		22,0	19,0	3,0	0,1
4	Суп из овощей с растительным маслом	200,0	1,466	3,8873	9,757	80,07	0,12	20,0	0,02		10,0	58,0	23,0	0
5	Хлеб ржаной	50,0	3,8	0,45	24,85	110,0			0,15		26,0	83,0	35,0	1
6	Напиток из сухофруктов	200,0	0,3	0,0	17,47	69,2					2,0			0
			23,7735	20,7493	75,075	574,22	0,2	20,0	1,07	0,0	98,0	179,0	64,0	4,2
ПОЛДНИК УСИЛЕННЫЙ														
1	Салат из вареной моркови с изюмом	50,0	0,584	3,035	7,495	58,29	0,15				80,0	129,0	42,0	3
2	Омлет натуральный	75,0	7,874	11,071	2,906	142,29	0,07				55,0	215,0	13,0	2
3	Ватрушка с повидлом	75,0	5,0355	3,0153	47,1955	237,66	0,25				24,0	115,0	44,0	2
4	Напиток из сока	200,0	0,0	0,0	16,784	65,52					2,0			0
			13,4935	17,1213	74,3805	503,76	0,47	0,0	0,0	0,0	161,0	459,0	99,0	1

Калькулятор

Зав. производством

Мошнина Лариса Ивановна

(расшифровка подписи)

(расшифровка подписи)