

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 приготавливаемых блюд

на 24 июня 2025 г.

День: вторник

Неделя: четвертая

Сезон: летний

Возрастная категория: Сад 10 часов

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерг. цен. (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
ЗАВТРАК														
1	кашка нежная пшанная	200,0	6,35	7,26	25,7	193,2	0,42		0,02		27,0	233,0	83,0	7,0
2	Батон	40,0	3,8	0,45	25,0	110,0	0,15		0,2		26,0	83,0	35,0	1,6
3	Какао с молоком	200,0	4,6	4,8	16,4	126,0	0,1				18,0	771,0	90,0	11,7
			14,75	12,51	67,1	429,2	0,67	0,0	0,22	0,0	71,0	1087,0	208,0	20,3

ОБЕД														
1	Бигус из кури (на выход кури 30 г)	160,0	16,538	16,345	8,0495	245,88	0,03	45,0			48,0	31,0	16,0	0,6
2	Соль	3,0	0,0	0,0	0,0	0,0					368,0		22,0	2,93
3	Суп картофельный с макаронными издел	200,0	2,284	3,5985	17,4545	112,38	0,12	20,0	0,02		10,0	58,0	23,0	0,9
4	Хлеб ржаной	50,0	3,8	0,45	24,85	110,0			0,15		26,0	83,0	35,0	1,6
5	Напиток из сухофруктов	200,0	0,3	0,0	17,47	69,2					2,0			0,3
			22,922	20,3935	67,824	537,46	0,15	65,0	0,17	0,0	454,0	172,0	96,0	6,33

ПОЛДНИК УСИЛЕННЫЙ														
1	Котлеты или биточки рыбные из горбу	50,0	8,657	4,015	5,156	89,4	0,06		0,03		48,0	207,0	44,0	2,9
2	Каша вязкая перловая на воде	100,0	2,062	1,692	14,832	84,5			0,45		22,0	19,0	3,0	0,14
3	Хлеб Валетек	40,0	3,08	0,36	20,2	88,0	0,15				26,0	83,0	35,0	1,6
4	Чай	150,0	0,08	0,0	7,501	28,82					2,0			0,3
			13,879	6,067	47,689	290,72	0,21	0,0	0,48	0,0	98,0	309,0	82,0	4,94

Калькулятор

(подпись)

Мошнина Лариса Ивановна

(расшифровка подписи)

Зав.производством

(подпись)

(расшифровка подписи)