

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

3 Июня 2024г.

Приложение №8
: СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180			8,00	35,00	10/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	150	5,00	6,00	21,00	157,00	13/1
	<i>Батон с сгущенным молоком</i>	25	2,00	1,00	16,00	82,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	7,49	7,06	45,04	273,66	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			15,00	64,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,28	0,19	15,21	63,65	
ОБЕД							
	<i>-Огурцы соленые</i>	30			1,00	3,00	78*/8
	<i>Борщ вегетарианский (без картофеля)</i>	150	2,00	5,00	6,00	76,00	25/1
	<i>Каша перловая рассыпчатая</i>	130	4,00	3,00	30,00	161,00	3/1
	<i>Бефстроганов из мяса</i>	80	10,00	11,00	3,00	150,00	19/3
	<i>Компот из кураги</i>	150	1,00		12,00	51,00	23/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	580	19,50	19,54	71,52	539,67	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	5,69	4,07	20,16	140,03	
УЖИН							
	<i>-Винегрет овощной</i>	110	1,00	11,00	8,00	139,00	82/3
	<i>Хлебец печеночный</i>	60	15,00	9,00	7,00	170,00	/0
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>Конфеты</i>	15			2,00	12,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	405	19,51	21,57	42,05	440,32	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1670	52,00	52,00	194,00	1457,00	







