

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Менюготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

6 Мая 2024г.

Приложение №8
: СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	Номер рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК							
	Чай полусладкий	180			5,00	20,00	6/3
	Каша пшённая молочная	150	2,00	3,00	17,00	104,00	4/1
	Батон с джемом	30	2,00	1,00	16,00	75,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	3,84	3,44	38,21	199,12	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			17,00	73,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,32	0,21	17,39	72,75	
ОБЕД							
	Салат из помидоров с репчатым луком	40		3,00	2,00	36,00	13/2
	Свекольник	150	5,00	8,00	11,00	132,00	34/1
	Плов с мясом	160	15,00	17,00	33,00	348,00	7/3
	Компот лимонный	150			16,00	66,00	16/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	23,94	28,63	81,82	680,58	
ПОЛДНИК							
	Кефир	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	Ряженка	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	Яблоки	70			7,00	31,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	390	9,27	9,08	19,58	197,12	
УЖИН							
	Салат из зеленого горошка	30	1,00	3,00	3,00	42,00	6/4
	Рыба, запеченная в сметане с картофелем	160	13,00	5,00	22,00	184,00	114/2
	Чай полусладкий	180			5,00	20,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	17,29	8,75	49,13	344,31	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1800	55,00	50,00	206,00	1494,00	







