









Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

6 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 | | | | | | | |
| | Какао с молоком | 180 | | | 6,00 | 27,00 | 7/3 |
| | Каша пшеничная молочная | 180 | 3,00 | 3,00 | 20,00 | 115,00 | 8/1 |
| | Батон с джемом | 30 | 2,00 | 1,00 | 16,00 | 75,00 | /0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 390 | 4,32 | 3,65 | 41,74 | 217,04 | |
| 10 ЧАСОВ | | | | | | | |
| | Сок | 100 | | | 14,00 | 58,00 | 1/1 |
| | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ | 100 | 0,26 | 0,17 | 13,97 | 58,45 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | Салат из томатов в с/с | 40 | | 3,00 | 2,00 | 35,00 | 31/1 |
| | Свекольник с яйцом | 150 | 3,00 | 6,00 | 10,00 | 108,00 | 34/3 |
| | Плов с мясом | 160 | 15,00 | 17,00 | 33,00 | 348,00 | 7/3 |
| | Компот из изюма | 150 | | | 19,00 | 79,00 | 23/3 |
| | -Хлеб прибрежный | 20 | 2,00 | | 10,00 | 48,00 | 4*/1 |
| | -Хлеб столичный | 20 | 2,00 | 1,00 | 10,00 | 52,00 | 116/3 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 540 | 22,34 | 27,36 | 83,72 | 670,29 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| | Снежок | 160 | 5,00 | 5,00 | 22,00 | 155,00 | 420/9 |
| | Ряженка | 160 | 5,00 | 4,00 | 7,00 | 81,00 | 420/9 |
| | Печенье песочное | 50 | 4,00 | 6,00 | 28,00 | 183,00 | 13/2 |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 370 | 14,61 | 14,97 | 56,52 | 419,17 | |
| УЖИН | | | | | | | |
| | Яблоки | 60 | | | 6,00 | 27,00 | |
| | Подлив киселевый | 30 | | | 1,00 | 3,00 | 11/1 |
| | -Запеканка из творога | 110 | 23,00 | 10,00 | 19,00 | 253,00 | 251/9 |
| | Чай полусладкий | 180 | | | 5,00 | 20,00 | 6/3 |
| | -Хлеб прибрежный | 20 | 2,00 | | 10,00 | 48,00 | 4*/1 |
| | -Хлеб столичный | 20 | 2,00 | 1,00 | 10,00 | 52,00 | 116/3 |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 420 | 26,17 | 10,98 | 49,70 | 402,25 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1820 | 68,00 | 57,00 | 246,00 | 1767,00 | |