

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

7 Мая 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	3,00	4,00	12,00	96,00	7/3
	Каша ячневая молочная	150	5,00	6,00	21,00	157,00	13/1
	Батон с сыром	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	12,57	12,84	43,51	339,90	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			15,00	64,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,28	0,19	15,21	63,65	
ОБЕД							
	Свекла ломтиком	40	1,00		4,00	17,00	5/1
	Суп рисовый с чесноком	150	2,00	3,00	12,00	82,00	60/2
	Картофельное пюре	110	2,00	3,00	16,00	104,00	9/1
	Бефстроганов из печени	80	13,00	6,00	7,00	132,00	21/3
	Компот из кураги и изюма	150	1,00		19,00	78,00	2/2
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	570	21,76	13,00	77,01	511,83	
ПОЛДНИК							
	Снежок	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	Печенье песочное	50	4,00	6,00	28,00	183,00	13/2
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	8,09	9,23	42,29	284,53	
УЖИН							
	Бананы	70	1,00		13,00	59,00	
	Творог, припущенный (запеченный) со сметаной	130	21,00	11,00	14,00	241,00	14/1
	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	420	25,18	11,98	52,41	418,11	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1660	68,00	47,00	230,00	1618,00	







