









Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н.

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

7 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>-Кофейный напиток с молоком</i>	180			10,00	40,00	414/9
	<i>Каша "Дружба"</i>	150	2,00	3,00	17,00	96,00	2/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>3,50</b>	<b>6,81</b>	<b>36,62</b>	<b>221,75</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>16,30</b>	<b>68,20</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком</i>	40		2,00	1,00	29,00	15/9
	<i>Суп гороховый с гренками</i>	150	10,00	5,00	21,00	172,00	19/1
	<i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i>	160	12,00	12,00	20,00	234,00	12/3
	<i>-Напиток ягодный из черной смородины</i>	150			7,00	31,00	390/9
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>520</b>	<b>23,85</b>	<b>20,45</b>	<b>59,86</b>	<b>518,75</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Пряники</i>	50	3,00	2,00	38,00	183,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>210</b>	<b>7,30</b>	<b>7,15</b>	<b>43,50</b>	<b>267,55</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	130		2,00		20,00	6/1
	<i>-Суфле из рыбы</i>	60	11,00	4,00	1,00	90,00	284/9
	<i>Икра кабачковая</i>	30		2,00	2,00	28,00	3/12
	<i>Чай полусладкий</i>	150			4,00	17,00	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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>15,06</b>	<b>9,09</b>	<b>27,75</b>	<b>253,08</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1595</b>	<b>50,00</b>	<b>44,00</b>	<b>184,00</b>	<b>1329,00</b>	