

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н.

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

8 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	4,00	4,00	12,00	95,00	10/3
	<i>Каша кукурузная молочная</i>	150	2,00	3,00	21,00	120,00	8/1
	<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>7,58</b>	<b>11,02</b>	<b>42,62</b>	<b>299,88</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 томатов в с/с</i>	40		3,00	2,00	35,00	31/1
	<i>Суп гороховый с гречками</i>	150	10,00	5,00	21,00	172,00	19/1
	<i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i>	160	12,00	12,00	21,00	238,00	12/3
	<i>-Напиток ягодный из черной смородины</i>	150			6,00	27,00	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>24,11</b>	<b>21,22</b>	<b>59,29</b>	<b>524,41</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>-Груши свежие</i>	70			7,00	32,00	11/0
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>230</b>	<b>5,88</b>	<b>6,61</b>	<b>8,97</b>	<b>118,89</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат "Зимний"</i>	110	2,00	8,00	12,00	129,00	21/2
	<i>Расстегай с рыбой</i>	70	11,00	4,00	35,00	217,00	312/1
	<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	
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>415</b>	<b>16,13</b>	<b>13,22</b>	<b>73,27</b>	<b>476,53</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1620</b>	<b>54,00</b>	<b>52,00</b>	<b>200,00</b>	<b>1488,00</b>	







