

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

11 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							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	4,00	4,00	14,00	103,00	10/3
	<i>Каша манная молочная</i>	150	5,00	6,00	20,00	151,00	7/1
	<i>Батон с джемом</i>	30	2,00	1,00	16,00	75,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	9,91	10,19	49,47	329,11	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	<i>помидоры соленные</i>	30			1,00	8,00	15/7
	<i>Суп рыбный</i>	150	5,00	4,00	11,00	99,00	41/1
	<i>Слоёные голубцы с мясом</i>	160	11,00	12,00	12,00	196,00	31/2
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	150			7,00	31,00	20/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	20,25	16,35	51,00	432,03	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	4,92	4,28	13,58	112,52	
УЖИН							
	<i>Подлив сметанный сладкий</i>	40		3,00	5,00	51,00	10/2
	<i>Запеканка из риса с творогом</i>	120	16,00	8,00	22,00	219,00	6/3
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<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>Зефир</i>	25					
	ИТОГО ЗА УЖИН	405	19,05	11,45	47,32	368,46	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1625	54,00	42,00	178,00	1310,00	







