

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

12 Апреля 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 рисовая молочная</i>	150	4,00	6,00	22,00	158,00	11/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	9,55	13,81	45,81	345,59	
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>-Огурцы свежие</i>	40			1,00	5,00	112/3
	<i>Борщ вегетарианский (без картофеля)</i>	150	2,00	6,00	6,00	85,00	25/1
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	130		2,00		20,00	6/1
	<i>Гуляш мясной</i>	60	12,00	13,00	3,00	175,00	16/3
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	150			7,00	31,00	20/3
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	570	17,08	22,11	36,52	413,30	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	5,69	4,07	20,16	140,03	
УЖИН							
	<i>Салат из зеленого горошка</i>	30	1,00	3,00	3,00	42,00	6/4
	<i>Рыба, тушеная с картофелем</i>	150	14,00	5,00	18,00	174,00	141/1
	<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
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	17,86	9,06	45,40	334,44	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1655	50,00	49,00	164,00	1302,00	







