

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н.

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

13 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>Какао с молоком</i>	180	3,00	4,00	11,00	92,00	7/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	150	5,00	7,00	18,00	154,00	9/1
	<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>10,03</b>	<b>14,51</b>	<b>40,08</b>	<b>330,94</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			18,00	73,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,32</b>	<b>0,22</b>	<b>17,55</b>	<b>73,44</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из свеклы с соленым огурцом</i>	30		2,00	2,00	32,00	26/1
	<i>Суп рисовый с чесноком</i>	150	2,00	3,00	12,00	82,00	60/2
	<i>Картофельное пюре</i>	110	3,00	3,00	17,00	111,00	9/1
	<i>Суфле куриное с томатно-сметанным соусом</i>	80	16,00	10,00	3,00	169,00	25/3
	<i>Кисель из клюквы (брусники)</i>	150			16,00	64,00	27/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>560</b>	<b>24,08</b>	<b>19,78</b>	<b>73,46</b>	<b>567,92</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Бананы</i>	68	1,00		13,00	57,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>228</b>	<b>6,62</b>	<b>6,47</b>	<b>14,76</b>	<b>143,70</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из свежих помидоров</i>	30		2,00	2,00	30,00	8/1
	<i>Рыба, тушеная в сметане</i>	50	10,00	3,00	3,00	76,00	139/1
	<i>Капуста тушеная с томатом</i>	130	3,00	3,00	9,00	71,00	10/1
	<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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>430</b>	<b>16,55</b>	<b>8,41</b>	<b>38,34</b>	<b>295,16</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1673</b>	<b>58,00</b>	<b>49,00</b>	<b>184,00</b>	<b>1411,00</b>	







