

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

15 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							
	Какао с молоком	180			7,00	31,00	7/3
	Каша молочная с тыквой	150	3,00	3,00	18,00	107,00	16/1
	Батон с маслом сливочным	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	4,29	7,17	35,29	222,82	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			17,00	72,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,32	0,21	17,26	72,21	
ОБЕД							
	помидоры соленные	30			1,00	8,00	15/7
	Суп "Рябчик"	150	6,00	7,00	8,00	123,00	18/5
	печень тушеная с гречневой крупой	160	15,00	7,00	32,00	246,00	22/1
	Компот из шиповника с лимоном	150			12,00	51,00	30/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	25,16	14,80	73,10	526,12	
ПОЛДНИК							
	Снежок	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	Булочка домашняя	50	7,00	4,00	40,00	224,00	3/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	10,16	7,57	54,42	326,42	
УЖИН							
	Салат "Лето"	40	4,00	7,00	5,00	98,00	22/9
	Омлет натуральный с маслом	125	15,00	22,00	3,00	271,00	110/1
	Чай полусладкий	180			5,00	20,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	Конфеты	20			3,00	16,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	405	22,28	30,42	35,05	502,94	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1600	62,00	60,00	215,00	1651,00	







