

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н.

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

15 Мая 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>							
	Какао с молоком	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	Каша рисовая молочная	150	4,00	6,00	22,00	158,00	11/1
	Батон с маслом сливочным	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	Мармелад	25					
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>380</b>	<b>9,52</b>	<b>13,91</b>	<b>44,63</b>	<b>341,67</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок	100			17,00	73,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,32</b>	<b>0,21</b>	<b>17,39</b>	<b>72,75</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из тушеного перца	40		3,00	2,00	39,00	36/4
	Суп картофельный с вермишелью	150	5,00	6,00	12,00	125,00	38/1
	Картофельно-гороховое пюре	110	6,00	3,00	18,00	123,00	21/1
	Котлеты (биточки) куриные, запеченные в томатном соусе	60	12,00	4,00	4,00	96,00	13/3
	Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива	150	1,00		6,00	29,00	14/2
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>27,24</b>	<b>16,52</b>	<b>63,07</b>	<b>509,65</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кефир	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	Ватрушка с творогом	60	8,00	4,00	38,00	224,00	-
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>12,84</b>	<b>9,24</b>	<b>43,65</b>	<b>308,98</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Яйцо отварное	1	5,00	5,00		63,00	327/1
	-Треска, запеченная с молочным соусом	60	8,00	4,00	2,00	71,00	268/9
	Капуста тушеная с томатом	130	3,00	3,00	8,00	65,00	10/1
	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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>411</b>	<b>18,44</b>	<b>11,64</b>	<b>34,56</b>	<b>316,59</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1661</b>	<b>68,00</b>	<b>52,00</b>	<b>203,00</b>	<b>1550,00</b>	













