

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

16 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 | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | |
| | <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 180 | 3,00 | 4,00 | 13,00 | 100,00 | 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 | 9,74 | 10,02 | 49,10 | 325,48 | |
| 10 ЧАСОВ | | | | | | | |
| | <i>Сок</i> | 100 | | | 18,00 | 73,00 | 1/1 |
| | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ | 100 | 0,32 | 0,22 | 17,55 | 73,44 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | <i>-Огурцы свежие</i> | 40 | | | 1,00 | 5,00 | 112/3 |
| | <i>Суп "Кудрявый"</i> | 150 | 3,00 | 5,00 | 12,00 | 108,00 | 56/1 |
| | <i>Бигус с мясом</i> | 160 | 11,00 | 11,00 | 7,00 | 169,00 | 9/2 |
| | <i>Компот из кураги</i> | 150 | 1,00 | | 17,00 | 73,00 | 23/3 |
| | <i>-Хлеб прибрежный</i> | 20 | 2,00 | | 10,00 | 48,00 | 4*/1 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 20 | 2,00 | 1,00 | 10,00 | 52,00 | 116/3 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 540 | 18,47 | 16,99 | 57,02 | 454,82 | |
| 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>Салат из яблок, апельсинов и бананов с сахаром</i> | 40 | | | 7,00 | 30,00 | 34/7 |
| | <i>Пудинг творожный</i> | 120 | 24,00 | 9,00 | 16,00 | 242,00 | 10/3 |
| | <i>Подлив сметанный сладкий</i> | 30 | | 2,00 | 4,00 | 37,00 | 10/2 |
| | <i>Чай без сахара</i> | 180 | | | | | 4/1 |
| | <i>-Хлеб прибрежный</i> | 20 | 2,00 | | 10,00 | 48,00 | 4*/1 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 20 | 2,00 | 1,00 | 10,00 | 52,00 | 116/3 |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 410 | 27,21 | 12,74 | 46,53 | 409,45 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1640 | 61,00 | 44,00 | 184,00 | 1376,00 | |







