

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

17 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							
	Какао с молоком	180	3,00	3,00	12,00	90,00	7/3
	Каша молочная с тыквой	150	5,00	6,00	23,00	166,00	16/1
	Батон с маслом сливочным	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	10,09	13,57	44,69	341,22	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	-Салат из свежих помидоров и огурцов с репчатым луком	40		2,00	1,00	29,00	15/9
	Суп картофельный с домашней лапшой	150	6,00	6,00	12,00	129,00	47/1
	Каша перловая рассыпчатая	110	4,00	2,00	25,00	136,00	3/1
	Бефстроганов из печени	80	13,00	6,00	7,00	132,00	21/3
	Компот из шиповника с лимоном	150	1,00		14,00	62,00	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	570	26,69	17,91	79,47	585,66	
ПОЛДНИК							
	Снежок	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	-Булочка "Нежная"	50	4,00	7,00	29,00	190,00	579/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	7,15	9,87	43,73	292,43	
УЖИН							
	Салат из консервированной кукурузы	40	1,00	2,00	6,00	49,00	6/1
	Рыба под овощами	150	11,00	3,00	13,00	122,00	144/1
	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
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	15,49	5,96	43,50	289,57	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1645	60,00	48,00	228,00	1577,00	







