

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

18 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							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	180	3,00	11,00	12,00	162,00	10/3
	<i>Каша пшённая молочная</i>	150	6,00	6,00	23,00	169,00	4/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	10,31	21,63	45,20	416,60	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	<i>-Салат из свежих помидоров с перцем</i>	30		3,00	1,00	33,00	33/3
	<i>Свекольник</i>	150	2,00	4,00	11,00	89,00	34/1
	<i>Сложный гарнир</i>	110	2,00	4,00	11,00	87,00	12/0
	<i>-"Ежики", тушеные в томатном соусе</i>	60	7,00	6,00	6,00	105,00	395/3
	<i>Компот из шиповника</i>	150	1,00		17,00	72,00	29/3
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	14,77	18,09	65,56	483,82	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Пирожок печеный с картофелем</i>	50	5,00	4,00	31,00	181,00	16/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	9,29	8,14	38,00	262,38	
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 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
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	27,23	12,50	46,73	408,17	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1615	62,00	61,00	212,00	1639,00	







