

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ № 9

22 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	13,00	165,00	10/3
	<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	150	2,00	2,00	15,00	86,00	15/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	6,45	17,64	38,18	337,12	
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>Салат из томатов в с/с</i>	40		3,00	2,00	35,00	31/1
	<i>Рассольник</i>	150	5,00	8,00	11,00	134,00	50/2
	<i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i>	160	12,00	12,00	20,00	234,00	12/3
	<i>-Напиток ягодный из черной смородины</i>	150			8,00	35,00	390/9
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	20,75	23,31	61,07	536,96	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Бананы</i>	80	1,00		15,00	67,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	6,80	6,48	17,12	154,00	
УЖИН							
	<i>Капуста тушеная с томатом</i>	130	3,00	3,00	9,00	71,00	10/1
	<i>Рыба, тушеная в сметане</i>	50	9,00	3,00	3,00	73,00	139/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<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 УЖИН	400	15,52	6,02	36,67	262,90	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1635	50,00	54,00	171,00	1364,00	







