

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

4 Июня 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	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	Каша пшённая молочная	150	6,00	6,00	23,00	169,00	4/1
	Батон с сыром	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	13,22	13,43	45,28	354,81	
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 тушеного перца	30		2,00	2,00	29,00	36/4
	Суп с мучными клецками	150	3,00	4,00	15,00	104,00	37/1
	Картофельно-гороховое пюре	110	6,00	2,00	17,00	113,00	21/1
	Суфле мясное	60	18,00	19,00	1,00	248,00	23/3
	Компот из кураги	150	1,00		17,00	73,00	23/3
	-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	540	30,92	28,62	71,51	667,16	
ПОЛДНИК							
	Йогурт	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	Пирог с повидлом или джемом открытый	60	6,00	4,00	51,00	268,00	-
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	220	12,03	10,53	52,97	354,65	
УЖИН							
	Груша	70			7,00	32,00	
	Творог, припущенный (запеченный) со сметаной	110	18,00	10,00	12,00	207,00	14/1
	Чай без сахара	180					4/1
	-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	400	21,25	10,49	39,43	337,12	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1620	78,00	63,00	225,00	1782,00	







