

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ № 9

6 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							
	Чай полусладкий	200			8,00	32,00	6/3
	Каша пшённая молочная	200	3,00	4,00	21,00	126,00	4/1
	Батон с джемом	40	2,00	1,00	22,00	103,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	4,56	4,40	50,85	261,26	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		10,00	44,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,51	0,10	10,32	44,22	
ОБЕД							
	Салат из помидоров с репчатым луком	60	1,00	4,00	3,00	52,00	13/2
	Свекольник	180	6,00	8,00	12,00	143,00	34/1
	Плов с мясом	200	18,00	22,00	41,00	435,00	7/3
	Компот лимонный	200			16,00	66,00	16/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	11,00	56,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	27,69	35,36	92,58	799,06	
ПОЛДНИК							
	Кефир	180	5,00	6,00	7,00	102,00	420/9
	Ряженка	180	5,00	5,00	8,00	92,00	420/9
	Яблоки	80			8,00	36,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	440	10,76	10,58	22,60	228,66	
УЖИН							
	Салат из зеленого горошка	50	2,00	4,00	4,00	59,00	6/4
	Рыба, запеченная в сметане с картофелем	200	15,00	6,00	23,00	204,00	114/2
	Чай полусладкий	200			8,00	32,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		13,00	60,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	500	20,89	10,76	59,85	419,50	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2170	64,00	61,00	236,00	1753,00	







