

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

11 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 | | | | | | | |
| | <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 200 | 4,00 | 4,00 | 16,00 | 114,00 | 10/3 |
| | <i>Каша манная молочная</i> | 200 | 5,00 | 7,00 | 25,00 | 181,00 | 7/1 |
| | <i>Батон с джемом</i> | 40 | 2,00 | 1,00 | 21,00 | 99,00 | /0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 440 | 11,11 | 11,44 | 61,84 | 394,65 | |
| 10 ЧАСОВ | | | | | | | |
| | <i>Сок</i> | 100 | 1,00 | | 10,00 | 43,00 | 1/1 |
| | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,10 | 43,30 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | <i>помидоры соленные</i> | 40 | 1,00 | | 2,00 | 12,00 | 15/7 |
| | <i>Суп рыбный</i> | 180 | 5,00 | 5,00 | 10,00 | 108,00 | 41/1 |
| | <i>Слоёные голубцы с мясом</i> | 200 | 13,00 | 15,00 | 14,00 | 249,00 | 31/2 |
| | <i>Компот из сухих фруктов</i> | 200 | 1,00 | | 9,00 | 39,00 | 20/3 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 13,00 | 65,00 | 116/3 |
| | <i>-Хлеб пшеничный</i> | 25 | 2,00 | | 12,00 | 59,00 | 114/3 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 670 | 23,81 | 21,47 | 60,73 | 531,14 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| | <i>Ряженка</i> | 180 | 5,00 | 5,00 | 8,00 | 92,00 | 420/9 |
| | <i>Яблоки</i> | 80 | | | 8,00 | 36,00 | |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 260 | 5,54 | 4,82 | 15,40 | 127,14 | |
| УЖИН | | | | | | | |
| | <i>Подлив сметанный сладкий</i> | 40 | | 3,00 | 6,00 | 55,00 | 10/2 |
| | <i>Запеканка из риса с творогом</i> | 150 | 19,00 | 9,00 | 29,00 | 275,00 | 6/3 |
| | <i>Чай без сахара</i> | 200 | | | | | 4/1 |
| | <i>-Хлеб пшеничный</i> | 25 | 2,00 | | 12,00 | 59,00 | 114/3 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 13,00 | 65,00 | 116/3 |
| | <i>Зефир</i> | 25 | | | | | |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 465 | 23,44 | 13,64 | 59,19 | 453,20 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1935 | 64,00 | 51,00 | 207,00 | 1549,00 | |







