

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ № 9

12 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>	200	5,00	5,00	16,00	128,00	10/3
	<i>Каша рисовая молочная</i>	200	5,00	7,00	25,00	182,00	11/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	4,00	12,00	96,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	11,35	16,15	53,69	405,47	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			10,00	42,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,49	0,10	9,90	42,43	
ОБЕД							
	<i>-Огурцы свежие</i>	60			1,00	7,00	112/3
	<i>Борщ вегетарианский (без картофеля)</i>	180	2,00	6,00	6,00	88,00	25/1
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	150		3,00		26,00	6/1
	<i>Гуляш мясной</i>	80	15,00	17,00	4,00	223,00	16/3
	<i>Компот из сухих фруктов</i>	180			8,00	35,00	20/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		11,00	54,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	11,00	58,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	20,65	27,06	41,53	492,20	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	4,00	7,00	89,00	420/9
	<i>Бананы</i>	80	1,00		15,00	67,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	6,26	4,44	22,68	155,73	
УЖИН							
	<i>Салат из зеленого горошка</i>	50	2,00	4,00	4,00	54,00	6/4
	<i>Рыба, тушеная с картофелем</i>	200	16,00	7,00	21,00	206,00	141/1
	<i>Чай полусладкий</i>	200			8,00	32,00	6/3
	<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
	ИТОГО ЗА УЖИН	500	21,38	11,19	57,27	415,21	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1991	60,00	59,00	185,00	1511,00	







