

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

13 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	200	4,00	4,00	13,00	100,00	7/3
	Каша овсяная "Геркулес" молочная	200	6,00	8,00	23,00	191,00	9/1
	Батон с маслом сливочным	31	2,00	3,00	13,00	91,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	11,71	15,37	49,09	381,41	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		11,00	46,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,53	0,11	10,71	45,92	
ОБЕД							
	Салат из свеклы с соленым огурцом	50	1,00	3,00	4,00	49,00	26/1
	Суп рисовый с чесноком	180	2,00	4,00	13,00	92,00	60/2
	Картофельное пюре	130	3,00	4,00	22,00	142,00	9/1
	Суфле куриное с томатно-сметанным соусом	110	20,00	13,00	5,00	220,00	25/3
	Кисель из клюквы (брусники)	180			18,00	73,00	27/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		13,00	63,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	15,00	79,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	30,33	25,92	90,77	717,43	
ПОЛДНИК							
	Йогурт	180	7,00	8,00	2,00	105,00	45*/0
	Пряники	50	3,00	2,00	38,00	183,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	9,72	10,09	39,63	288,21	
УЖИН							
	Салат из свежих помидоров	50	1,00	3,00	2,00	40,00	8/1
	Рыба, тушеная в сметане	70	13,00	4,00	4,00	101,00	139/1
	Капуста тушеная с томатом	150	4,00	4,00	11,00	99,00	10/1
	Чай полусладкий	180			7,00	28,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	500	20,56	12,55	48,98	390,93	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1961	73,00	64,00	239,00	1824,00	







