

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ № 9

15 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							
	Какао с молоком	200	4,00	5,00	17,00	127,00	7/3
	Каша рисовая молочная	200	5,00	7,00	27,00	190,00	11/1
	Батон с маслом сливочным	31	2,00	4,00	14,00	98,00	/1
	Мармелад	25					
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	456	11,39	15,15	58,20	414,54	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			10,00	42,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,49	0,10	9,90	42,43	
ОБЕД							
	Салат из тушеного перца	60	1,00	2,00	4,00	32,00	36/4
	Суп картофельный с вермишелью	180	6,00	7,00	13,00	140,00	38/1
	Картофельно-гороховое пюре	130	8,00	5,00	23,00	167,00	21/1
	Котлеты (биточки) куриные, запеченные в томатном соусе	70	16,00	4,00	6,00	123,00	13/3
	Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива	200	1,00		9,00	38,00	14/2
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		14,00	65,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	66,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	34,88	18,47	81,38	631,06	
ПОЛДНИК							
	Кефир	180	6,00	6,00	8,00	109,00	420/9
	Ватрушка с творогом	70	11,00	5,00	46,00	276,00	-
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	16,45	11,41	54,21	385,39	
УЖИН							
	Яйцо отварное	1	5,00	4,00		59,00	327/1
	-Треска, запеченная с молочным соусом	60	8,00	4,00	2,00	71,00	268/9
	Капуста тушеная с томатом	150	3,00	4,00	9,00	88,00	10/1
	Чай полусладкий	200			8,00	32,00	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	461	19,43	13,32	44,04	373,57	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1957	83,00	58,00	248,00	1847,00	







