

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ № 9

16 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 | | | | | | | |
| | <i>Кофейный напиток с молоком</i> | 200 | 4,00 | 4,00 | 16,00 | 112,00 | 10/3 |
| | <i>Каша манная молочная</i> | 200 | 6,00 | 7,00 | 26,00 | 194,00 | 7/1 |
| | <i>Батон с джемом</i> | 40 | 2,00 | 1,00 | 19,00 | 90,00 | /0 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 440 | 11,57 | 11,84 | 60,74 | 395,75 | |
| 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>-Огурцы свежие</i> | 60 | | | 1,00 | 7,00 | 112/3 |
| | <i>Суп "Кудрявый"</i> | 180 | 4,00 | 8,00 | 15,00 | 142,00 | 56/1 |
| | <i>Бигус с мясом</i> | 200 | 12,00 | 14,00 | 3,00 | 188,00 | 9/2 |
| | <i>Компот из кураги</i> | 200 | 2,00 | | 24,00 | 103,00 | 23/3 |
| | <i>-Хлеб прибрежный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 12,00 | 61,00 | 4*/1 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 13,00 | 68,00 | 116/3 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 690 | 21,50 | 23,27 | 68,56 | 569,57 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| | <i>Ряженка</i> | 180 | 5,00 | 5,00 | 8,00 | 94,00 | 420/9 |
| | <i>Яблоки</i> | 80 | | | 8,00 | 36,00 | |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 260 | 5,68 | 4,94 | 15,60 | 129,55 | |
| УЖИН | | | | | | | |
| | <i>Салат из яблок, апельсинов и бананов с сахаром</i> | 60 | 1,00 | | 10,00 | 45,00 | 34/7 |
| | <i>Пудинг творожный</i> | 150 | 30,00 | 12,00 | 23,00 | 314,00 | 10/3 |
| | <i>Подлив сметанный сладкий</i> | 40 | | 4,00 | 6,00 | 55,00 | 10/2 |
| | <i>Чай без сахара</i> | 200 | | | | | 4/1 |
| | <i>-Хлеб прибрежный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 12,00 | 60,00 | 4*/1 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 13,00 | 65,00 | 116/3 |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 500 | 34,37 | 16,50 | 63,51 | 539,93 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1990 | 74,00 | 57,00 | 219,00 | 1678,00 | |







