

Утверждаю:  
Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н.

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ № 9

18 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		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	<i>Кофейный напиток с молоком</i>	200	3,00	11,00	14,00	171,00	10/3
	<i>Каша пшённая молочная</i>	200	6,00	7,00	25,00	188,00	4/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	5,00	12,00	98,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>431</b>	<b>10,94</b>	<b>23,14</b>	<b>51,26</b>	<b>457,12</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	44,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,19</b>	<b>43,71</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Салат из свежих помидоров с перцем</i>	40		5,00	2,00	53,00	33/3
	<i>Свекольник</i>	180	2,00	5,00	13,00	101,00	34/1
	<i>Сложный гарнир</i>	130	2,00	4,00	10,00	88,00	12/0
	<i>-"Ежики", тушеные в томатном соусе</i>	80	12,00	10,00	8,00	171,00	395/3
	<i>Компот из шиповника</i>	200	1,00		21,00	89,00	29/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	69,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>20,61</b>	<b>25,33</b>	<b>76,82</b>	<b>617,59</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Ряженка</i>	180	5,00	5,00	8,00	92,00	420/9
	<i>Кефир</i>	180	5,00	5,00	7,00	92,00	420/9
	<i>Пирожок печеный с картофелем</i>	70	5,00	6,00	36,00	222,00	16/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>430</b>	<b>15,39</b>	<b>15,86</b>	<b>50,47</b>	<b>406,05</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из яблок, апельсинов и бананов с сахаром</i>	50	1,00		10,00	42,00	34/7
	<i>Пудинг творожный</i>	130	26,00	10,00	21,00	273,00	10/3
	<i>Подлив сметанный сладкий</i>	40		4,00	5,00	54,00	10/2
	<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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>470</b>	<b>30,23</b>	<b>14,23</b>	<b>60,84</b>	<b>492,18</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2111</b>	<b>78,00</b>	<b>79,00</b>	<b>250,00</b>	<b>2017,00</b>	







