

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		
ЗАВТРАК							
	<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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	431	10,94	23,14	51,26	457,12	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100	1,00		10,00	44,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,50	0,10	10,19	43,71	
ОБЕД							
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	680	20,61	25,33	76,82	617,59	
ПОЛДНИК							
	<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
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	430	15,39	15,86	50,47	406,05	
УЖИН							
	<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
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	30,23	14,23	60,84	492,18	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	2111	78,00	79,00	250,00	2017,00	







