

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ № 9

19 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							
	Какао с молоком	200	4,00	9,00	17,00	162,00	7/3
	Каша ячневая молочная	200	6,00	7,00	27,00	192,00	13/1
	Батон с сыром	40	6,00	5,00	16,00	135,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	16,45	20,65	59,41	489,30	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			10,00	42,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,49	0,10	9,87	42,33	
ОБЕД							
	Салат из свеклы с чесноком	60	1,00	5,00	6,00	76,00	23/1
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (мясо филе)	180	6,00	8,00	9,00	133,00	39/1
	Каша перловая рассыпчатая	130	4,00	2,00	32,00	158,00	3/1
	Бефстроганов из печени	100	21,00	9,00	10,00	207,00	21/3
	Компот из свежих фруктов	180			10,00	43,00	33/1
	-Хлеб столичный	25	3,00	1,00	20,00	102,00	116/3
	-Хлеб прибрежный	25	3,00	1,00	18,00	89,00	4*/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	38,69	26,03	104,37	806,58	
ПОЛДНИК							
	Снежок	180	4,00	4,00	15,00	108,00	420/9
	Пирог с повидлом или джемом открытый	70	4,00	5,00	37,00	205,00	-
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	7,89	8,02	52,30	312,85	
УЖИН							
	Салат грушево-яблочный с сахаром	60			10,00	42,00	33/7
	Плов сладкий	130	4,00	6,00	55,00	295,00	12/2
	Чай полусладкий	200			8,00	32,00	6/3
	-Хлеб прибрежный	25	2,00	1,00	12,00	60,00	4*/1
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	Пряники	42	3,00	2,00	32,00	155,00	
	ИТОГО ЗА УЖИН	482	10,82	9,68	129,62	648,82	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1972	74,00	64,00	356,00	2300,00	







