

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ № 9

22 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 | 4,00 | 12,00 | 18,00 | 197,00 | 10/3 |
| | <i>Суп молочный с макаронными изделиями</i> | 200 | 2,00 | 3,00 | 17,00 | 104,00 | 15/1 |
| | <i>Батон с маслом сливочным</i> | 31 | 2,00 | 5,00 | 13,00 | 102,00 | /1 |
| | ИТОГО ЗА ЗАВТРАК | 431 | 7,43 | 20,44 | 47,58 | 403,93 | |
| 10 ЧАСОВ | | | | | | | |
| | <i>Сок</i> | 100 | 1,00 | | 10,00 | 45,00 | 1/1 |
| | ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ | 100 | 0,52 | 0,10 | 10,42 | 44,68 | |
| ОБЕД | | | | | | | |
| | <i>Салат из томатов в с/с</i> | 60 | 1,00 | 3,00 | 2,00 | 41,00 | 31/1 |
| | <i>Рассольник</i> | 180 | 6,00 | 9,00 | 13,00 | 154,00 | 50/2 |
| | <i>Запеканка картофельная с отварным мясом</i> | 200 | 19,00 | 20,00 | 19,00 | 338,00 | 12/3 |
| | <i>-Напиток ягодный из черной смородины</i> | 180 | | | 12,00 | 50,00 | 390/9 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 12,00 | 63,00 | 116/3 |
| | <i>-Хлеб пшеничный</i> | 25 | 2,00 | | 14,00 | 66,00 | 114/3 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 670 | 30,38 | 33,50 | 72,13 | 711,52 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | |
| | <i>Йогурт</i> | 180 | 6,00 | 7,00 | 2,00 | 98,00 | 45*/0 |
| | <i>Бананы</i> | 90 | 1,00 | | 17,00 | 75,00 | |
| | ИТОГО ЗА ПОЛДНИК | 270 | 7,65 | 7,29 | 19,26 | 173,25 | |
| УЖИН | | | | | | | |
| | <i>Капуста тушеная с томатом</i> | 150 | 3,00 | 4,00 | 10,00 | 94,00 | 10/1 |
| | <i>Рыба, тушеная в сметане</i> | 70 | 13,00 | 4,00 | 3,00 | 100,00 | 139/1 |
| | <i>Чай полусладкий</i> | 200 | | | 8,00 | 32,00 | 6/3 |
| | <i>-Хлеб пшеничный</i> | 25 | 2,00 | | 12,00 | 59,00 | 114/3 |
| | <i>-Хлеб столичный</i> | 25 | 2,00 | 1,00 | 12,00 | 63,00 | 116/3 |
| | ИТОГО ЗА УЖИН | 470 | 20,17 | 9,18 | 46,13 | 347,86 | |
| | ИТОГО ЗА ДЕНЬ | 1941 | 66,00 | 71,00 | 196,00 | 1681,00 | |







