

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

17 Июня 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>Какао с молоком</i>	180			7,00	31,00	7/3
	<i>Каша кукурузная молочная</i>	150	7,00	8,00	28,00	213,00	8/1
	<i>Батон с маслом сливочным, сыром</i>	35	4,00	7,00	10,00	120,00	/0
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>365</b>	<b>11,39</b>	<b>15,12</b>	<b>45,41</b>	<b>363,22</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			15,00	63,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,28</b>	<b>0,18</b>	<b>15,05</b>	<b>62,96</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>Салат из тушеной моркови с чесноком</i>	40	1,00	3,00	3,00	44,00	43/4
	<i>Суп овощной</i>	150	6,00	8,00	10,00	130,00	35/3
	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	130	5,00	4,00	23,00	143,00	1/1
	<i>Гуляш мясной</i>	60	10,00	10,00	3,00	144,00	16/3
	<i>Компот из шиповника с лимоном</i>	150			10,00	42,00	30/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>570</b>	<b>24,37</b>	<b>25,47</b>	<b>68,68</b>	<b>601,27</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	70			7,00	31,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>230</b>	<b>4,63</b>	<b>5,08</b>	<b>12,86</b>	<b>115,68</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>Салат из консервированной кукурузы</i>	40	1,00	2,00	6,00	49,00	6/1
	<i>Рыба под овощами</i>	150	12,00	3,00	14,00	131,00	144/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			5,00	20,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>410</b>	<b>16,05</b>	<b>5,99</b>	<b>44,94</b>	<b>297,85</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1675</b>	<b>57,00</b>	<b>52,00</b>	<b>187,00</b>	<b>1441,00</b>	