

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад 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		
ЗАВТРАК							
	<i>Какао с молоком</i>	200			7,00	31,00	7/3
	<i>Каша кукурузная молочная</i>	200	7,00	8,00	29,00	217,00	8/1
	<i>Батон с маслом сливочным, сыром</i>	46	6,00	7,00	12,00	136,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	446	12,56	15,85	47,69	383,67	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			10,00	43,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,49	0,10	9,93	42,59	
ОБЕД							
	<i>Салат из тушеной моркови с чесноком</i>	60	1,00	4,00	5,00	60,00	43/4
	<i>Суп овощной</i>	180	6,00	8,00	11,00	138,00	35/3
	<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	150	8,00	6,00	38,00	238,00	1/1
	<i>Гуляш мясной</i>	80	11,00	13,00	4,00	177,00	16/3
	<i>Компот из шиповника с лимоном</i>	180			9,00	40,00	30/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	1,00		8,00	37,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	15,00	76,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	30,05	31,97	89,54	765,80	
ПОЛДНИК							
	<i>Кефир</i>	180	5,00	6,00	7,00	106,00	420/9
	<i>Яблоки</i>	80			8,00	36,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	5,75	6,31	15,33	141,11	
УЖИН							
	<i>Салат из консервированной кукурузы</i>	60	2,00	3,00	8,00	70,00	6/1
	<i>Рыба под овощами</i>	200	14,00	5,00	18,00	173,00	144/1
	<i>Чай полусладкий</i>	180			7,00	28,00	6/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	19,57	9,13	58,38	393,75	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1996	68,00	63,00	221,00	1727,00	