

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

21 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							
	Какао с молоком	200	4,00	4,00	12,00	99,00	7/3
	Каша овсяная "Геркулес" молочная	200	6,00	8,00	22,00	178,00	9/1
	Батон с джемом	40	2,00	1,00	18,00	85,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	10,86	12,08	52,36	361,68	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			9,00	38,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,44	0,09	8,98	38,49	
ОБЕД							
	Салат из редиса	60	1,00	4,00	3,00	51,00	20/2
	Свекольник с яйцом	180	8,00	10,00	11,00	166,00	34/3
	Азу с чесноком и картофелем	200	9,00	9,00	16,00	185,00	14/3
	Компот из апельсинов, сухофруктов или чернослива	200			11,00	47,00	14/2
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	12,00	61,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	690	22,42	24,26	65,38	569,46	
ПОЛДНИК							
	Ряженка	180	5,00	4,00	8,00	91,00	420/9
	-Груши свежие	70			7,00	33,00	11/0
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	5,48	4,70	14,91	123,83	
УЖИН							
	Салат "Мазайка"	130	3,00	9,00		89,00	22/9
	Хачапури	80	11,00	10,00	34,00	272,00	11/3
	Чай полусладкий	200			8,00	32,00	6/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		11,00	53,00	114/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	17,46	19,85	65,41	510,12	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1940	57,00	61,00	207,00	1604,00	