

Утверждаю:
Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

19 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	3,00	3,00	9,00	76,00	7/3
	Каша ячневая молочная	200	6,00	7,00	25,00	183,00	13/1
	Батон с сыром	40	5,00	4,00	14,00	109,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	13,49	13,77	47,57	368,18	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		10,00	43,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,50	0,10	10,10	43,30	
ОБЕД							
	Огурец порционный	60			1,00	7,00	46*/1
	Суп картофельный с болгарским перцем	180	6,00	8,00	14,00	153,00	46/4
	Макаронные изделия с маслом	130		3,00		23,00	6/1
	Бефстроганов из мяса	100	12,00	13,00	4,00	177,00	19/3
	Компот яблочный	180			12,00	50,00	1/2
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	55,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	15,00	76,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	22,50	24,79	57,06	541,22	
ПОЛДНИК							
	Йогурт	180	6,00	7,00	2,00	98,00	45*/0
	Бананы	80	1,00		15,00	67,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	7,50	7,28	17,34	164,88	
УЖИН							
	-Винегрет овощной	130	2,00	13,00	10,00	168,00	82/3
	Расстегай с рыбой	80	10,00	4,00	25,00	178,00	312/1
	Чай полусладкий	200			8,00	32,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		12,00	59,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	65,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	460	15,24	18,62	68,14	501,03	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1960	59,00	65,00	200,00	1619,00	