

Утверждаю:

Директор _____ Дорохина Е.Н.

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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							
	<i>Какао с молоком</i>	180	4,00	4,00	13,00	99,00	7/3
	<i>Каша ячневая молочная</i>	150	5,00	6,00	21,00	157,00	13/1
	<i>Батон с сыром</i>	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	12,72	13,00	43,75	342,86	
10 ЧАСОВ							
	<i>Сок</i>	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	<i>Огурец порционный</i>	40			1,00	5,00	46*/1
	<i>Суп картофельный с болгарским перцем</i>	150	5,00	6,00	9,00	110,00	46/4
	<i>Макаронные изделия с маслом</i>	110		2,00		17,00	6/1
	<i>Бефстроганов из мяса</i>	80	10,00	10,00	3,00	137,00	19/3
	<i>Компот яблочный</i>	150			10,00	39,00	1/2
	<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
	ИТОГО ЗА ОБЕД	570	18,18	18,50	41,63	405,58	
ПОЛДНИК							
	<i>Йогурт</i>	160	6,00	6,00	2,00	87,00	45*/0
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	6,65	6,47	15,20	145,63	
УЖИН							
	<i>-Винегрет овощной</i>	110	2,00	11,00	9,00	142,00	82/3
	<i>Расстегай с рыбой</i>	70	9,00	4,00	22,00	158,00	312/1
	<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
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	13,80	15,68	55,75	419,21	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1660	52,00	54,00	173,00	1381,00	