

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

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

20 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>Кофейный напиток с молоком</i>	180	4,00	4,00	14,00	103,00	10/3
	<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	150	5,00	6,00	20,00	152,00	15/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>355</b>	<b>10,01</b>	<b>13,84</b>	<b>43,81</b>	<b>339,64</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			18,00	76,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,33</b>	<b>0,22</b>	<b>18,11</b>	<b>75,77</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Салат из свежих помидоров с перцем</i>	40		4,00	2,00	44,00	33/3
	<i>Щи со свежей капустой</i>	150	2,00	4,00	11,00	89,00	56/3
	<i>-Жаркое с субпродуктами</i>	160	14,00	9,00	21,00	223,00	374/3
	<i>Компот лимонный</i>	150			6,00	26,00	16/3
	<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>540</b>	<b>19,07</b>	<b>18,44</b>	<b>59,72</b>	<b>481,03</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	160	4,00	5,00	6,00	85,00	420/9
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>230</b>	<b>5,40</b>	<b>4,87</b>	<b>19,44</b>	<b>143,19</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>-Салат из свежих огурцов</i>	40		2,00	1,00	26,00	13/9
	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	155	19,00	27,00	3,00	334,00	110/1
	<i>Чай без сахара</i>	180					4/1
	<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>415</b>	<b>22,16</b>	<b>30,40</b>	<b>24,11</b>	<b>458,58</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1640</b>	<b>57,00</b>	<b>68,00</b>	<b>165,00</b>	<b>1498,00</b>	