

Утверждаю:

Директор \_\_\_\_\_ Дорохина Е.Н.

**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад 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>	200	3,00	3,00	14,00	90,00	10/3
	<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	200	5,00	7,00	19,00	156,00	15/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	31	2,00	5,00	11,00	96,00	/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>431</b>	<b>8,98</b>	<b>14,36</b>	<b>44,38</b>	<b>342,55</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	<i>Сок</i>	100			9,00	40,00	1/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0,46</b>	<b>0,09</b>	<b>9,35</b>	<b>40,09</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	<i>-Салат из свежих помидоров с перцем</i>	60	1,00	6,00	3,00	64,00	33/3
	<i>Щи со свежей капустой</i>	180	3,00	7,00	14,00	130,00	56/3
	<i>-Жаркое с субпродуктами</i>	200	18,00	7,00	30,00	252,00	374/3
	<i>Компот лимонный</i>	200			8,00	31,00	16/3
	<i>-Хлеб пшеничный</i>	25	2,00		12,00	56,00	114/3
	<i>-Хлеб столичный</i>	25	2,00	1,00	15,00	76,00	116/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>690</b>	<b>25,21</b>	<b>20,61</b>	<b>80,34</b>	<b>607,72</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	<i>Кефир</i>	180	5,00	6,00	7,00	98,00	420/9
	<i>Бананы</i>	80	1,00		15,00	67,00	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>260</b>	<b>6,23</b>	<b>5,63</b>	<b>22,29</b>	<b>164,72</b>	
<b>УЖИН</b>							
	<i>-Салат из свежих огурцов</i>	50		3,00	1,00	33,00	13/9
	<i>Омлет натуральный с маслом</i>	185	18,00	26,00	4,00	321,00	110/1
	<i>Чай без сахара</i>	200					4/1
	<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
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>485</b>	<b>21,77</b>	<b>30,30</b>	<b>29,35</b>	<b>477,04</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1966</b>	<b>63,00</b>	<b>71,00</b>	<b>186,00</b>	<b>1632,00</b>	