

Утверждаю:
И.о Директора _____ А.В Ганичева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли МБОУ СШ №9

24 Сентября 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>Кофейный напиток с молоком</i>	180			6,00	27,00	10/3
	<i>Каша овсяная "Геркулес" молочная</i>	150	2,00	2,00	13,00	82,00	9/1
	<i>Батон с маслом сливочным</i>	25	2,00	4,00	10,00	85,00	/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	355	3,68	6,64	29,91	194,02	
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>	30			1,00	3,00	46*/1
	<i>Суп с домашней лапшой (без картофеля)</i>	150	2,00	4,00	12,00	93,00	47/3
	<i>Рагу из курицы</i>	160	2,00	3,00	19,00	113,00	1/0
	<i>Компот из изюма</i>	150			13,00	52,00	23/3
	<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 ОБЕД	530	8,26	8,13	63,37	359,50	
ПОЛДНИК							
	<i>Ряженка</i>	160	5,00	4,00	7,00	81,00	420/9
	<i>Бананы</i>	70	1,00		13,00	59,00	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	230	5,69	4,07	20,16	140,03	
УЖИН							
	<i>Салат из яблок, апельсинов и бананов с сахаром</i>	40			7,00	30,00	34/7
	<i>Сладкий молочный подлив из крахмала</i>	30			3,00	11,00	8/3
	<i>-Запеканка из творога</i>	110	23,00	8,00	19,00	243,00	251/9
	<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
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	26,74	9,24	48,30	383,26	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1615	45,00	28,00	178,00	1145,00	