

Утверждаю:
И.о Директора _____ А.В Ганичева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Детсад МБОУ СШ №9

23 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							
	Какао с молоком	200			11,00	46,00	7/3
	Каша "Дружба"	200	2,00		22,00	100,00	2/1
	Батон с сыром	40	6,00	5,00	13,00	123,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	440	8,59	5,66	45,90	268,81	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100	1,00		10,00	44,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,51	0,10	10,34	44,33	
ОБЕД							
	Салат из тушеной моркови с чесноком	60	1,00	8,00	5,00	93,00	43/4
	Борщ	180	7,00	8,00	13,00	149,00	25/3
	Каша перловая рассыпчатая	130	5,00	1,00	33,00	155,00	3/1
	Бефстроганов из мяса	100	14,00	14,00	4,00	199,00	19/3
	Компот из яблок с лимоном	180			11,00	45,00	17/3
	-Хлеб пшеничный	25	2,00		13,00	61,00	114/3
	-Хлеб столичный	25	2,00	1,00	13,00	67,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	29,98	31,47	91,54	769,31	
ПОЛДНИК							
	Снежок	180	4,00	4,00	15,00	107,00	420/9
	Булочка домашняя	70	8,00	3,00	55,00	277,00	3/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	11,99	6,16	70,09	383,80	
УЖИН							
	Салат из зеленого горошка	50	2,00	4,00	5,00	65,00	6/4
	Рыба, тушеная с картофелем	200	23,00	3,00	26,00	224,00	141/1
	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	500	28,80	8,32	63,71	444,73	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1990	80,00	52,00	282,00	1911,00	