

Утверждаю:
И.о Директора _____ А.В Ганичева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли 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	180			7,00	31,00	7/3
	Каша "Дружба"	150	2,00		17,00	77,00	2/1
	Батон с сыром	30	4,00	3,00	10,00	87,00	/0
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	360	5,99	3,75	34,08	194,08	
10 ЧАСОВ							
	Сок	100			16,00	68,00	1/1
	ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ	100	0,30	0,20	16,30	68,20	
ОБЕД							
	Салат из тушеной моркови с чесноком	40	1,00	3,00	3,00	44,00	43/4
	Борщ	150	5,00	7,00	10,00	125,00	25/3
	Каша перловая рассыпчатая	110	4,00		25,00	120,00	3/1
	Бефстроганов из мяса	80	10,00	10,00	3,00	137,00	19/3
	Компот из яблок с лимоном	150			10,00	40,00	17/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА ОБЕД	570	22,70	20,82	71,54	564,00	
ПОЛДНИК							
	Снежок	160	4,00	3,00	14,00	102,00	420/9
	Булочка домашняя	50	6,00	2,00	39,00	204,00	3/3
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	9,79	5,74	53,83	306,10	
УЖИН							
	Салат из зеленого горошка	30	1,00	3,00	3,00	42,00	6/4
	Рыба, тушеная с картофелем	150	19,00	2,00	18,00	166,00	141/1
	Чай полусладкий	180			5,00	20,00	6/3
	-Хлеб пшеничный	20	2,00		10,00	47,00	114/3
	-Хлеб столичный	20	2,00	1,00	10,00	52,00	116/3
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	23,43	5,77	45,37	327,02	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1640	62,00	36,00	221,00	1459,00	